





४७  
विद्यावर्धन

किशोरावस्था

# नवयुवकोपयोगी कुछ पुस्तकें

हृदय-तरंग	१)	कर्म-योग	१), १)
मूकप	१), ११)	विदेशी विनिमय	१), ११)
केशव चंदसेन	१), ११)	प्राचीनपंडितभौरकवि॥१२॥११२॥	
देव और विहारी	१११), २१)	प्राणापान	११२), ११२)
बंकिमचंद्र चटर्जी	१), ११)	साहित्य-सुमन	११२), १२)
इंग्लैंड का इतिहास	२)	तात्कालिक चिकित्सा	११), १११)
भिलारी से भगवान्	१), ११)	नाट्यकपांडसूत	१११), २)
द्विजेंद्रनाथ राय	२)	भारत में बाइबिल	१११)
हृदयोग	२)	कार्नेगी और उसके विचार	१२)
सुकवि-संकीर्तन	११), १११)	जीवन-मरण-रहस्य	१२)
मनोविज्ञान	११), ११)	नीति-रत्न-भाजा	१)
विरव-साहित्य	१११), २)	प्रभु-चरित्र	१११), ११)
एशिया में प्रभाव	११), १)	मानव-मुक्तावली	१२)
अमृत आश्वास	१), ११)	योग की कुछ विभूतियाँ॥११॥११॥	११)
संक्षिप्त शरीर-विज्ञान ॥१२॥११२॥		योगप्रदी	११), १)
अपभ्रंति	११२), १२)	योगशास्त्रोत्पत्ति चर्चा	११)
हिंदी	११२), १२)	राजयोग अर्थात् मान-	
संक्षिप्त स्वास्थ्य-रक्षा ॥१२॥११२॥		सिद्धिकांत	१११), २)
भारतीय वर्ष-शास्त्र २११), २११)		सम्राट् चंद्रगुप्त	११), १२)
तीस दिन में हिंदी	१११), ११)	मुख तथा सफकता	१)
जीवन का सम्भव	११ १११)	रफोर्ट-मार्चिंग	११२), ११)
निर्बंध-निबंध	१११), ११११)	स्वास्थ्य की बुद्धि	१११), ११११)

नव प्रकार की पुस्तकें मिलने का पता—

संभालक, गंगा-पुस्तकमाला-कार्यालय,  
२९-३०, अनीनाबाद-मार्क, अखनऊ

34 1/2 17-11  
गंगा-मुस्तकमाला का दूसरा पुष्प

४८  
शिवदा किशोरावस्था

३३६५ श्री जुबिली नागरी मंडार पुस्तकालय

लेखक बीकानेर

गोपालनारायण सेन सिंह बी० ए०

"नवे वयसि यः शांतः स शांत इति कथ्यते ;  
यद्यपु श्रीयमाणेषु रामः कस्य न जायते ।"

प्रकाशक

गंगा-मुस्तकमाला-कार्यालय

२६-३०, अमीनाबाद-मार्ग

लाखनऊ

[ संशोधित तथा संवर्द्धित द्वितीय संस्करण ]

संविद १०] सं० १६८२ वि० [ सारो ॥०॥





## INTRODUCTION

We often wonder why our boys do not grow now as hardy and strong as before; instead of grit and pluck we meet in them a softness and passivity which may as well be mistaken for a sign of culture and refinement, but in those who have seen manlier types, arouse grave suspicion of something very wrong in the mode of their bringing up. True, this has not remained unobserved by many who have seen in this gradual deterioration of the physique of our youths very bad omens for the country; but these forebodings have, somehow, been followed by no constructive work.

May be, the busy journalists or platform speakers have no time to see that the pollution of the race begins at the very fountain-head of adolescent life. It is their growth at this early stage which is interfered with and gives rise to all the irregularities in later life. And

for this there are two tendencies held responsible.

Firstly, properly equipped Boarding Houses, for all study schools or colleges, where young people are placed under the same beneficent influences as surround them at home, are still far from realised. Thus, at such places discipline is not effectively exercised, those checks and restraints which parents and elders only too readily administer, are softened to exercise, softening their sternness into gentleness and their rebukes with affection.

Secondly, to a great extent, the elders of the family also seem to have lost interest in the young than they had some years ago. The calls of business or of social life are so great that questions affecting the immediate domestic life, however vital, have to stand over.

No wonder that our boys are turned out into the world without any fixed principles or polished manners that distinguished them in the past. This defect, shown in later life, goes by the name of vulgarity or betwixt

open defiant manner, called "rowdysm," so trying to the temper of leaders. But we must remember that this is only the surface of the evil; its deeper springs lie in the dissipated inner life and wrecked physical constitution which are the direct consequences of early neglect or lack of discipline. We should not be shocked at it, because from the amount of care we bestow on the young no better result can be expected.

An enfeebled body, chequered educational career, absence of any ambition to attempt great things for the honour of the country, what hopes can be built on such poor shadowy beings!

We may be all eager to bring help to these forlorn youths, but it will be only in the nature of a palliative. Speaking as a medical man, I may confess that over the whole range of my practice in this part of the country, I find that the youths seldom seek my advice before it is too late to give them anything but a little hope and consolation.

The truth is that the proper season to earn their right to vigorous and happy life and successful career is when they are still boys.



They ought to acquire from their elders at this time an acquaintance with the primary laws of health and by strict obedience to them develop clean, wholesome habits and an open reverent attitude towards all moral questions. What a pity that such instructions should, till recently, be kept secret, leaving the boy to pick up for themselves scraps of doubtful information on the vital points right living and right thinking. What injury this reserve on the parts of parents and teachers has caused, can be realised only by those who have seen the enormous wastage of energy and capacity in the young of the present generation.

It is with a genuine feeling of relief and satisfaction, therefore, that I come across in the following pages an able attempt to take the young in confidence and explain to them the dangers and pitfalls of early youth, with plentiful suggestions for a safe guidance to a pure, dignified and useful life, worthy of the great Indian nation.

The author has, clearly succeeded indicating, with insight and sympathy, methods not only for living a clean and healthful life but also in providing adequate religious and moral

motives for the self-deliverance of the youth. His exposition of the physiological laws affecting maturity and youth is at once fascinating and popular, and will undoubtedly have a grip on the understanding of the young reader as it is no less scientific and accurate than simple and direct in its appeal. I am confident the most despairing will derive benefit from these pages and be able to face the world once more with courage.

I commend the book heartily also to parents and teachers interested in the well-being of the young and trust it will lay bare before them all the weak spots which require their attention.

Lastly, as it is the first publication in the vernacular in which technical description has been combined with sound moral advice, I wish the book may reach as large a number of readers as the present needs of Indian society demand.

ALLAHABAD : } DESH RAJ RANJIT SINGH, Lt. L. M. S.,  
12th Oct., 1917. } *Medical Officer Allahabad University Hostels.*

---

# स्वीकृति

इस पुस्तक का कुछ अंश लेखक ने प्रयाग के प्रसिद्ध मासिक पत्र "विज्ञान" में निबंध-रूप छपवाया था, जिसे यहाँ छद्म करने की विज्ञान-परिषद् ने अनुमति दे दी है। अतएव हम उसके कृतज्ञ हैं। "मूत्राशय"-शीर्षक ब्लॉक हमें डॉ० त्रिलोकीनाथ वर्मा से प्राप्त हुआ है। इसलिये वे हमारे धन्यवाद के पात्र हैं। प्रकृ-संशोधन हमें एक मित्र से सहायता मिली है। हम उनके भी कृतज्ञ हैं।

जिन पुस्तकों के अध्ययन और अवलोकन से लेख को सहायता मिली है, उनकी सूची नीचे दी जाती है—

<i>Evolution of sex</i>	... P. Geddes
<i>Youth &amp; sex</i>	... Scharlieb
<i>From youth into manhood</i>	... Winfield Hall
<i>Emile</i>	... Rousseau
<i>Problems of Boy Life</i>	... Whitehouse
<i>Youth : its education</i>	... S. Hall
<i>Children</i>	... Darroch
<i>Children of the nation</i>	... John Gorst
ब्रह्मचर्य	... स्वामी निगमानन्द
सुचमार्ग	... महेन्द्रनाथ गाँ
<i>Articles in Atheneum</i>	... 1917

लेखक

## विषय-सूची

विषय	पृष्ठ
"सोंच को सोंच क्या है"     ...     ...     ...	१
बचपन से ब्रवाणी     ...     ...     ...	१०
बौद्ध-काण्ड का शारीरिक परिवर्तन     ...     ...	१६
शिक्षा और संयम     ...     ...     ...	२४
स्वप्नदोष और उसका निवारण     ...     ...	३६
बुद्धों का रोगरुह     ...     ...     ...	६२
बुद्धों का धार्मिक विचार     ...     ...     ...	७२
बुद्धों का कर्तव्य     ...     ...     ...	८३
मदन-दहन — एक कहानी     ...     ...     ...	८६





# किशोरावस्था

“साँच को आँच क्या ?”

देश की दशा बड़े वेग से बदल रही है, लोगों के विचारों में घात-घात में अंतर पड़ रहा है। जहाँ कुछ दिन पहले लोग अपनी संतान को बनैले पशुओं के भय, ठगों की भूतता और डाइनों की कुदृष्टि से बचाने के लिये ब्रह्म किया करते थे, वहाँ अब के माता-पिता अपने बाल-बच्चों को गंदे और दूषित विचारों से बचाने को बहाल रहते हैं।

इसी कारण आजकल सभी समझदार माता-पिता— चाहे स्वयं उनमें कैसा हो व्यसन हो, चाहे वे कैसी ही संगति में उठते-बैठते हों—इस बात का अवश्य ध्यान रखते हैं कि उनका बच्चा कोई बुरी लत न पकड़ने पावे, कहीं धड़ भटककर कुमार्गगामी न हो जाय। साधारण मनुष्य अपनी समझ-

भर लड़कों को जुआड़ी, धोर, लुपे-लफंगों से हैं। ये उन्हें दौली और थिण्टर, कद और तिन माया में आने से बचाते हैं। उनसे अधिक बुद्धि वाले अपने बालक-बालिकाओं को बाजारू गीत देसने और निष्ठुर दिल्लगी-मन्नाक करने से म

शिक्षित लोग जब स्कूल और कॉलेज की चुनने बैठते हैं, तो इसका ध्यान रखते हैं फ़ान्य या साहित्य-ग्रंथ में कोई अरलील पद और जिन ऐतिहासिक पुस्तकों के पदे बिना का सफ़ता, उनके किराी अंश में भी यह दूषण हो, हटा दिया जाय। यह उचित ही है। पर याद रहे, छत्ताह में हमारे गंभीर समाज-सुधारकों से 'भारी' अनर्थ हो जाना संभव है। वह यह कि 'असंगत के पाद-विषाद में सत्य का ही गला न इसीलिये संसार के प्रसिद्ध और अजर-अमर भाषे, स्वतंत्र और वैज्ञानिक वर्णन के लिये, कलं लगांना ठीक नहीं ज़ैचता है। हमारे कवि-शिरोमणि और मध्यकालीन कवि जयदेव इस संबंध में पहल

सारी भाषा ही को बदनाम कर रखता है। उन्हें जैसे सादी, बैसे ही डमरूखप्याम और उनके छोटे भाई चौक और दारा जँचते हैं। सम्य पुरुषों के बीच और नाम न लीजिए; चिढ़ाने के लिये इतने ही बहुत हैं। परंतु ध्यान रहे, ऐसा करने में हमारा कोई लाभ नहीं; हम अपने लक्ष्य से बहुत दूर निकल जाते हैं।

प्रश्न यह है कि आपको कौन-सा ऐसा कवि मिलता है, जिसकी रचना में साधारणतः स्त्री-पुरुष के मनोगत भाव, इच्छा-वासनाओं का वर्णन तथा सांसारिक जीवन और व्यवहार का संकेत नहीं है ? सच तो यह है कि बहुत लोगों को बालकों के हाथ केवल कल्पित विचार-पूर्ण पुस्तकें देना ही अस्वीकार नहीं है, वरन् वे धर्म, पवित्रता और सुधार के नाम बालकों के स्वतंत्र रूप और जीवन के रहस्यों का पता पाने और उनके विषय में परिचय लाभ करने के विरुद्ध हैं। हम पूछते हैं कि क्या आप लड़कों को रामायण-सी उत्तम पुस्तक भी न पढ़ने देंगे ? भक्त-चूड़ामणि तुलसीदास के दोहे की व्याख्या क्या मनुष्य के स्वभाव को जाने बिना ही कोई कर सकता है ? समझावे, देखें तो सही। किसी निर्दोष अल्प-वयस्क कुमार को कोई नीचे का पथ कैसे समझावेगा—



“मुमिरि सोय नारद-वचन, उपजी प्रांत पुनीत ;

चकित बिलोकनि गच्छत दासि, जनु सिमु-मृगी समीत ।”

इसमें ‘प्रीत पुनीत’ समझना परा कठिन काम है। गर्हणीय प्रेम क्या वस्तु है, इसकी व्याख्या कर लीजिए; फिर शुद्ध प्रेम की चर्चा चलाइएगा। पर इतने में तो सारा भंडा ही फूट जायगा—सारा भेद ही खुल जायगा। लड़के आप-ही-आप सड़क-बाजार में, पार-बरीचों में चिकियों और पशुओं को देखकर जो अटकल लगावें, उससे क्या हुआ? उन्हें कोई परदे की बात नहीं बतानी चाहिए। उनको दीठ बनाने से कोई लाभ नहीं। लड़के स्वभाव से ही लज्जशील होते हैं। वे स्त्री-पुरुष की चर्चा से आप ही भागते हैं। उनके मन में पाप नहीं आ सकता। इसलिये तेरी बातों से उन्हें कोई भय नहीं। इसी प्रकार जो मा-आप स्वयं भोले बनते और अपनी मूर्खता के कारण अपने लड़कों को भी निरा भोला समझते हैं, उन्हें बहुत निराश होना पड़ता है।

नियम यह है कि किरीरावस्था आने के बहुत पूर्व से ही बालक-बालिकाएँ मुद्दे-मुद्दियों के खेलों में भी समाधान इत्यादि की नज़र लगाने लगते हैं, और जब बुद्ध और होश होता है, तो इस विषय में और अधिक जानने का उन्हें बड़ा पुरुषान्तर होना है। अनुभवी लोगों का कहना है कि अगर के

लड़कों की अपेक्षा देहात के लड़कों के लिये ये मिलकुल मामूली बातें होती हैं। वे पशुओं का ढंग मली भाँति जानते हैं। इसका कारण यह है कि वे नित्य देखा करते हैं कि गाय-भैंस के बच्चे, जन्म के पहले, मा के पेट ही में रहते और पुष्टि पाते हैं; पीछे जब वे पृथ्वी पर रहने के योग्य होते हैं, तब बाहर आते हैं। इन्हीं बातों को देखकर, नगर में, यदि कोई चतुर पालक अपने शिशु-माई या बहन के संबंध में प्रश्न कर बैठता है, तो लोग ‘बुप-बुप’ करने लगते हैं।

डॉक्टर और वैज्ञानिकों का कहना है कि लड़के जब ऐसे प्रश्न करने लगें, तो जानना चाहिए कि अब उनसे सब बातें खोलकर स्पष्ट बता देने का समय आ गया। उनसे झूठ बोलने का अब कुछ काम नहीं। ये बातें किसी के छिपाए नहीं छिप सकतीं। उनके माता-पिता उन्हें न बतावेंगे, तो कोई दूसरा ही बता देगा। लड़के अपने अ्येष्ट-संगियों के बीच किसी-न-किसी से सीख लेंगे। और, यह उनके हृत्त में बहुत ही बुरा होगा।

इसका कारण यह है कि छोटी अवस्था में दुष्ट लड़कों को ही इन ‘गुप्त’ बातों का अधिक पता रहता है। जब वे दूसरे लड़कों के कान भरते हैं, तो अपनी ओर से उसमें बहुत कुछ नमक-मसाला भी लगा देते हैं। कभी-कभी तो वे जिन्हें अपना

चला मूँड़ते हैं, उन्हें धष्ट भी कर डालते हैं। अयोध लड़के इसमें क्या दोष? उसे जो बताया जाता है, उसी को वह मानता और क्रियाओं का अभ्यास शुरू कर देता है। असमय अपनी इंद्रियों को उत्तेजित कर तथा स्त्री-पुरुष-संबंध बड़े ही दूषित और पृथिव विचारों को मन में स्थान देकर वह अपने को चौपट कर डालता है।

इस तरह न-जाने कितने ही बालकों ने अपने को आजन्म रोगी बना डाला है, कितने ही युवकों ने अपनी आयु क्षीण कर डाली है; कितने ही, जो इन मुयद्यों का दृढ़तापूर्वक सामना करके परिवार का पालन-पोषण करते, अनायास पाप के भँवर में पड़कर अपने कुल को कलंकित कर गए हैं।

धन्य है वह शिक्षा-प्रणाली, जिसकी बेदी पर इतने लोगों का शारीरिक बल और धर्म बलिदान हुआ! आश्चर्य तो यह है कि सैकड़ों वर्षों से आज तक ज्यों-की-र्यों वही प्रणाली चली आ रही है! एक विचित्र मोह और भ्रम में हम लोग कैसे हुए हैं। पर अब वह भ्रम भी शीघ्र दूर हो चला। लोग अब तक यही समझते आए थे कि लड़के स्वभावतः लजीले होते हैं, और इस कारण वे पाप के पारा में नहीं फँसते। पर अब उन्हें थोड़ा-थोड़ा विरवास होने लगा है कि लड़के

लाज-शर्म के कारण नहीं बिगड़ते, यह समझना बिलकुल मिथ्या है। वे जब तक बड़े-बूढ़ों के बीच में बैठते हैं, तभी तक उनमें यह लाज-शर्म होती है। अपने से बड़ों के सामने तो ऐसा मुँह बनाए रहते हैं, जैसे कुछ जानते ही नहीं। जरा किसी ने कहा—“भैया, घर में बहू को कब लाओगे ?” तो मारने शौकते हैं। कहिए—“यह अपनी बहू को बहुत पहचानेगा”, तो ऐसी सूरत बनाते हैं, मानो गोली ही तो लगी है। पर अपने साथियों के गोल में पहुँचते ही वह वह गुलझरें उड़ाते हैं कि मा-बाप सुनते ही दंग हो जायें, और उनसे पनाह माँगें ! बात यह है कि अच्छी और पुरी बातें, दोनों ही कोई मा के पेट से लेकर नहीं आता। छोटी-छोटी बातें भी बिना सिखाए किसी को नहीं आतीं। भले आदमियों के जितने लक्षण हैं—अर्थात् सच बोलना, चोरी न करना, स्वच्छता रखना, खाने-पीने और दूसरे के साथ व्यवहार करने में अपने ऊपर संयम रखना—उन्हें लड़के वर्षों की शिक्षा के बाद सीखते हैं। कुलीन जानियों में, छुटपन से ही, इनका अभ्यास होता है, जिससे कभी-कभी ऐसा घोर होता है, मानो जन्म से ही इन लड़कों में ये गुण वर्तमान थे।

इसके प्रतिकूल नीच जातियों के लड़के, जिन्हें किसी प्रकार की शिक्षा नहीं मिलती, गंदे भी होते हैं, और सदा लड़ने-

भिड़ने, मूट-गमोट मचाने के लिये तैयार रहने हैं। इन्में संदेह नहीं कि कोई मा-भार, बिना सिगलाप-समकार, लइछों को उन्हीं पर छोड़ना पसंद न करेंगे। छोटी-मोटी बातों में जब यह हाज है, तो आंतरिक जीवन की कठिनारणों के विषय में क्या कहा जा सकता है। लइछे क्या जानें कि बुरे विचारों को विषय से कैसे हटाया जाता है, इच्छा-वास-नाशों को किस प्रकार बरा में रिया जाता है ? उनके सामने तो कोई आदर्श होता ही नहीं। उनके सभी उपेक्ष-संबंधी अपने ऊपर पीती हुई घटनाओं को गुप्त रखते हैं, और इनको किसी तरह की सलाह भी नहीं देते। लइछा बेचारा क्या करे ? अंधकार में भटकता हुआ ठोकरें खाता है।

इस कभी उमर में न उसमें विचार करने की शक्ति होती है, और न भले-बुरे की पहचान; न राग रूप से उसे अपना कर्तव्य दिखाई पड़ता है, और न उसके पिछ में इतनी रुढ़ता ही होती है कि वह उस परीक्षा में ठहर सके। सब बातों के ज्ञान के साथ धार्मिक बुद्धि हो, और संकल्प-शक्ति के साथ उत्तम भाव हों, तो काम चले। तभी तो प्रति-दिन लाखों लइछे पाप के दलदल में फँसते हैं, और उनकी कोई सुधि लेनेवाला नहीं होता। अस्तु, आज तक जो दुआ, उसे जाने दीजिए। इस ढोंग को यहाँ छोड़िए, और अब

मे अपनी यह निष्ठा बनाइए कि “न हि ज्ञानेन सट्शं  
पवित्रमिह विद्यते,” अर्थात् सचो जानकारी से बढ़कर  
चित्त को शुचि एवं पवित्र बनानेवाली कोई दूसरी शक्ति  
नहीं है ।

---

## वचपन से जवानी

हमारे जीवन के प्रत्येक पल में कोई-न-कोई विलक्षण होती है। और नहीं, जन्म-काल को ही लीजिए। उसमें कैसे-कैसे क्षेरो और भय आते हैं! सद्यःजात शिशु उन्हें तर-करके इस संसार में जब पहले-पहल आँखें खोलता है, तो जना अधिक होता है? इस नवीनावस्था के अनुश-होने में उसे कितना प्रयास करना पड़ता है। परंतु, इ-नी, वह काल किशोर-काल के समान महत्त्व नहीं रखता; आखिर जन्म केवल दशा का एक परिवर्तन ही है। जब तरुणावस्था आती है, तो एक विलकुल अपूर्व-नुपम पटना पटती है। उस समय मनुष्य का केवल-नी नहीं बदल जाता, परन्तु उसका मन और शरीर-रूप से नया हो जाता है। उसमें

जाग उठती हैं, उसका सारा फलेवर और-का-और हो जाता है ।

यों तो पग-पग पर नई अवस्था की नई आवश्यकताएँ होती हैं । अतएव जिन लोगों पर नवयुवकों की रक्षा का भार है, उन्हें सदैव इसका ध्यान रखना चाहिए । पर बालक-बालिकाओं का चौदहवाँ वर्ष विरोध संकट का होता है । यह समय उनके प्रौढ़ होने का है । इस अवस्था में उनका बनना-बिगड़ना मानो जीवन-पर्यंत का बनना-बिगड़ना है । यदि आत्मीय स्वजन, कुछ कष्ट उठाकर, अपने अल्प-वयस्क लड़के-लड़कियों का इस समय निरीक्षण करें, तो आगे की बहुत-सी निराशा और दुरिचिता से वे छुट्टी पा जायें ।

जिस तरह प्रकृति के और काम नियम से होते हैं, वैसे ही प्रौढ़ावस्था के भी अनुभव नियम के अंतर्गत हैं । प्रायः सबकी चाल इस उमर में एक-सी होती है । आपका छोटा भाई या लड़का इससे अलग नहीं । जैसे और लोग चंचल होते आए हैं, वैसे ही वह भी चंचल होता है । जो औरों के साथ और पुष्टि के मार्ग हुए हैं, वही उसके भी होंगे । इसलिये अपने लड़कों के गुण और दोष, दोनों का परिचय पाना आपके लिये संभव है । यथासाध्य आप उन युवकों के निमिद का उपाय कर सकते हैं ।



यौवन-काल का आना कोई आकस्मिक बात नहीं है, य-  
 जिन लोगों को इसके लक्षण नहीं मालूम हैं, उन्हें कभी-क-  
 बह सहसा प्रकट होकर विस्मय में डाल देता है। साधारणत-  
 पंद्रहवें साल से पचीसवें साल तक, प्रायः १० वर्ष की, इसका  
 अवधि होती है। पर सबकी एक ही दशा नहीं होती।  
 उनमें थोड़ा-थोड़ा भेद होता है। इतना अवश्य है कि  
 पचीसवाँ वर्ष लगते-लगते सभी आदमी जवान हो जाते हैं।  
 यहाँ एक बात और ध्यान में रखने योग्य है। वह यह  
 कि चाहे जीव-विज्ञानवाले किसी प्राणी को—जब वह बरा-  
 पैदा करने योग्य हो जाता है—प्रौढ़ कह दें; पर मनुष्य इस  
 नियम के अधीन नहीं है। जिस दिन से मनुष्य प्रौढ़ होने  
 लगता है, उसी दिन से वह पूरा प्रौढ़ नहीं कहा जा  
 सकता। किसी प्रकार वह गर्भाधान का कार्य-संपादन करने  
 की क्षमता भले ही रखता हो; पर केवल इसीलिये वह भेद  
 नहीं कहा जा सकता। जैसे मनुष्य के व्यक्तिगत विकास  
 और उन्नति की कोई सीमा नहीं है, और इस पक्ष में कोई  
 दूसरा जीव उसकी बराबरी नहीं कर सकता, वैसे ही वह  
 बहुत दिनों तक क्रमशः थोड़ी-थोड़ी प्रौढ़ता प्राप्त करता रहता  
 है, यहाँ तक कि संपूर्ण रूप से प्रौढ़ होने में उसे अनुमानतः १०-  
 १२ साल से कम नहीं लगते।

दूसरे जीवों को इतनी शीघ्रता से प्रौढ़ होते देखकर यह जान पड़ता है कि उनसे प्रकृति का केवल यही अभिप्राय है कि जैसे-जैसे वे अपना आहार इकट्ठा कर लें, मैथुन-क्रिया के योग्य हो जायें, धरे जनें और मर जायें। उनके जीवन का दूसरा धरेय हो नहीं होता। इसके प्रतिकूल संतानोत्पत्ति से ही मनुष्य का जीवन सायंक नहीं होता। जितने दिन वह पृथ्वी पर रहता है, अपनी जाति और राष्ट्र के शारीरिक, मानसिक और नैतिक स्वभाव में अपने उत्तोग से सुधार करके अपने युग के धर्म और सभ्यता में योग देता है। जैसा कठिन और महान् उसका कार्य होता है, वैसा ही उसका शिक्षा-काल (Probation) भी होता है। यहाँ तक कि और जानवरों के मुकाबले मनुष्य को संसार के लिये तैयार करने में सबसे अधिक दिन लगते हैं। इस तैयारी के बाद वह सृष्टि का सिरताज हो जाता है। परंतु इसके अभाव में मनुष्य अन्य सब जीवों से निकृष्ट सिद्ध होता है। अब यह बात है, तो पशु और पक्षियों की भाँति मनुष्य को संतानोत्पत्ति में उत्तम-वली करना कितना बुरा है, यह आप अच्छी तरह समझ सकते हैं।

कभी-कभी लौरी या कुम्हड़े की लता में पहला फूल देख-

फर जो यह समझ लेते हैं कि अब फल आनेवाले हैं, उन्हें बड़ा धोखा होता है; क्योंकि पहले फल थोड़े ही दिनों में मुल्ताफर मड़ जाते हैं, और उसमें बहुत दिनों तक फल नहीं लगते। ठीक वैसे ही किरावावरसा की सखि उतर्जना और फल का अनुभव कर जो अविवेकी युवक अपने को सब प्रकार समर्थ मान बैठते और संसार के सब कामों में दखल देने लगते हैं, उनको अपनी दुर्बलता और अयोग्यता का बहुत जल्द पता लग जाता है, और वे अपनी तरलता और अधीरता के लिये खूब पछताते हैं।

कवि ने जो कहा है—छुटी न शिशुता की मलक, यौवन उमग्यो अंग—यह अक्षरशः ठीक है। देखने में हमारे किरावा बालक बिलकुल अशोध बच्चों-से मालूम पड़ते हैं। बात-चात में रुठना और मचलना, जरा-सा डाटने पर आँखों में आँसु भर लाना, उठने-बैठने में अल्लहड़पन, तनिक से आनंद में भस्त हो जाना, झूमकर चलना, अट्टहास करना, सब बातों में उद्वेग दिखलाना, मुँह-लगे बात करना, यद्नों से बहस राना, अहंकार में किसी को कुछ न गिनना—ये सब इस मय के लक्षण संगति-शिक्षा के ऊपर निर्भर नहीं हैं। ये वरसा पाकर अपने-आप प्रकट हो जाते हैं। यौवन-काल में 'आंतरिक परिवर्तन' होते हैं, उनके ये बाहरी चिह्न-मात्र हैं।

पर हमारे कहने का यह तात्पर्य नहीं कि शिक्षा का कोई प्रभाव नहीं पड़ सकता। एक सीमा के भीतर उपदेश से निस्संदेह लाभ होता है।

इसलिये छोटी अवस्था में लड़के कितने भी हठी और अपने मन के क्यों न हों, उन्हें समझाने-सुझाने और सन्मार्ग में लाने का प्रयत्न कितना ही निष्फल क्यों न प्रतीत होता हो; पर उनसे निराशा नहीं हो बैठना चाहिए। दूसरी ओर यह भूलना भी उचित नहीं कि हमारे बहुत कहने-सुनने पर भी युवकों की जिधर प्रवृत्ति होगी, उधर ही वे जाते हैं। प्रकृति की बलवती शक्तियों को एकाएक अतिक्रम करना बहुत अंश में असंभव है। इधर हम अपनी सुक्ति लिये ही रहेंगे और उधर, संस्कार के अनुसार, युवकों का भविष्यत् निर्धारित हो जायगा।

पर साथ-ही-साथ यह भी कहना पड़ता है कि यद्यपि भावी बलवान् है, तथापि यदि हम, कौमारकाल में, अपने प्रयत्नों के विचारों की शुद्ध और चरित्र को निर्दोष रखने का यथेष्ट उपयोग करें, तो उनके ऊँचा-नीचा पाँव रखने और किंचित् काल के लिये नष्ट होने पर भी उनकी दशा उतनी रोचनीय नहीं हो सकती। विचारने की बात है कि ६-७ वर्ष की अवस्था से जो बालक उचित व्यायाम, आहार, धार्मिक विचार और

आपका मेरा रिश्ता था बुरा है, जहाँ बरें हूँ मरिने के स्थान  
 था कुछ स्वयंदा मेरा क्या भला पहुँचनेवाला है ! पड़ते थे  
 पितामहों पर भी बहुत शीघ्र थे ! मायका और दूसरे हम पर  
 दुष्टताओं का जाना गहरा प्रभाव नहीं पड़ेगा—उमे तो उनमें  
 पनि न छटानी होगी ।

माता-पिता अपने बच्चों को अच्छे-से-अच्छा भोजन और वस्त्र  
 देते हैं; उनकी दवा अच्छी नहीं हुई, तो आप मूरे रहते हैं। पर  
 उन्हें सिलाने हैं, स्वयं पियूँ सगाते हैं, पर उनका अंग ठ  
 हैं; निद्रा, विभ्रम और मुस में, अपने ऊपर कष्ट सहन  
 उन्हें किसी तरह की कमी नहीं होने देते—उनके मुख पर कि  
 प्रफार की चिंता की छाया नहीं देख सकते; राह-बाट में उन्हें मृत  
 तक देखने से बचाते हैं । कहीं तो अपनी संतान की ओर  
 कोमल भाव और कहीं उन दूषित क्रियाओं की ओर, जिन  
 सीखकर उनके बच्चे अपने हाथ से अपना छून करते हैं, यह  
 वशासीनता !

बहुतेरे माता-पिताओं को तो यह भी सुधि नहीं रहती कि  
 हमारे लड़कों को किस बात का ज्ञान हो रहा है, और उसका  
 कैसा परिणाम होगा ! वे यही कहते रह जाते हैं कि अभी तो  
 हमारे लड़के के दूध के दाँत भी नहीं टूटे हैं—वह तो अभी  
 कुछ भी नहीं समझता । उधर बालकों को नस-नस में

एक नई शक्ति का संचार होने लगता है । उनके हृत्पिण्ड, मस्तिष्क में अद्भुत तेज भर जाता है । ऊपर से देखने से बालक कैसा ही भोला क्यों न मालूम पड़ता हो ; पर वास्तव में, “वह रहस्यों की पोटली वा अलौकिक चमत्कार का घर, वैज्ञानिक घटना का खोलक वा वियोगांत अभिनय का रंगस्थल, दैवाधीनता का प्रमाण वा स्वतंत्रता का परिचय, भय की तर्जनी वा आशा का संकेत ” सभी एक साथ-साथ है ।

ऐसी स्थिति में हम लोगों का कर्तव्य स्पष्ट है । जहाँ तक हो इस यौवन-काल के भय और कष्ट से हमें लड़कों की रक्षा करनी चाहिए, और उस समय तक उन्हें सँभाले रहना चाहिए, जब तक वे स्वयं अपने को सँभालने के योग्य न हो जायें । संभव है, इसमें हमारा बहुत बरा न बले; पर इसमें हम उन्हें थोड़ा-बहुत भी सहारा दे सकें, तो वही बहुत है । बालकों की शुभ कामना से यहाँ जो कुछ हम सत्य की चर्चा करेंगे, वह अवश्य कल्याणकारी होगी । भगवान् कृष्ण ने कहा है—

“तत्त्वमभ्यस्त्य धर्मस्य प्रायते महती भवात् ।”

—भगवद्गीता

अर्थात्—इस धर्म का स्वरूप भाग भी महान् भय से रक्षा करता है ।

यौवन-काल को जीवन-संग्राम के लिये तैयारी का समय

समझना चाहिए। उस समय जो मुजा  
 हांग में स्फूर्ति, हृदय में साहस और भोज  
 उनका यह मतलब नहीं है कि अब आप पूरे स  
 और सयाने आदमियों की तरह बेसटके अनेक  
 भोग-विज्ञास में लिप्त हों। उनसे केवल इतनी सूचना  
 कि अब से आप कोरे बातक नहीं रहे—प्रकृति  
 प्रधान करती है कि खेलने-कूदने के अतिरिक्त आप  
 कर्तव्याकर्तव्य का भी ध्यान रखिए। आर्य-धर्म में स्व  
 की विधि और यवनों में 'दौशर' का संस्कार इस पा  
 पर आपको सतर्क करते हैं। गुरु का आदेश है—

“उपनीय गुरुः शिष्यं शिष्येच्छौचमादितः ।  
 आचारमग्निर्कार्यं च संन्योपासनमेव च ॥”

—मनु

अर्थात्—उपनयन के बाद गुरु शिष्य को आदि में  
 (मानसिक और कार्य की) भी शिक्षा दे। फिर आचार-वि  
 हवन इत्यादि तथा संन्योपासन सिखावे। अर्थात् अ  
 आचार-विचार के शिष्य अब आप उत्तरदाता हुए। कुल  
 मर्यादा की रक्षा और देश की रीति-नीति का पोषण  
 आपका धर्म हुआ।

## यौवन-काल का शारीरिक परिवर्तन

अपने देश के आपसों का मान और गौरव बढ़ाने के लिये प्रत्येक युवक को तैयार होना चाहिए। यदि उनमें से कोई पूछे कि यह भार हमको क्यों सौंपा गया, तो उत्तर मिलेगा कि अब आप स्वयं अपने शरीर को तौलिये, और अंतःकरण को प्ररक्षिए। आपको जान पड़ेगा कि हाल में आपके स्वभाव में भीतर-ही-भीतर एक अद्भुत रासायनिक परिवर्तन हुआ है। इस परिवर्तन से आपके अंदर जीव-संतु ( Germ plasma ) की क्रिया बदल गई है, और आपका एक दूसरा जन्म हो गया है। ब्राउन, सेकार्ड और बौतकौर्ड ( Brown, Sequard, Bonchord ) आदि नामी वैज्ञानिकों ने इस बात को सिद्ध कर दिया है कि सबसे यह क्रिया आरंभ हुई है, तब से आपके शरीर में एक रस ( द्रव्य ) भीतर-ही-भीतर



गमकना आदि। उम समय जो भुजाओं में  
 अंग में स्फूर्ति, हृदय में साहस और ओठ आवा  
 उनका यह मतलब नहीं है कि अब आप पूरे मर्द हो गए  
 और सयाने आदमियों की तरह बंगटके अनेक—  
 भोग-विलास में लित हों। उनसे केवल इतनी सूचना  
 है कि अब से आप कोरे बालक नहीं रहे—प्रकृति का  
 सावधान करती है कि खेलने-कूदने के अतिरिक्त आप का  
 कर्तव्याकर्तव्य का भी ध्यान रखिए। आर्य-धर्म में उपन-  
 की विधि और यवनों में 'टॉशर' का संस्कार इस अवस्था  
 पर आपको सतर्क करते हैं। गुरु का आदेश है—

“उपनीय गुरुः शिष्यं शिष्येच्छौबमादितः ।  
 आचारमग्निचार्यं च संध्योपासनमेव च ॥”

—मनु

अर्थात्—उपनयन के बाद गुरु शिष्य को आदि में रखें  
 (मानसिक और कार्य की) भी शिक्षा दे। फिर आचार-विचार,  
 हवन इत्यादि तथा संध्योपासन सिखलावे। अर्थात् अपने  
 आचार-विचार के लिये अब आप उत्तरदाता हुए। कुल,  
 मर्यादा की रक्षा और देरा 'की रीति-नीति का शेष  
 आपका धर्म हुआ।

मुख पर लावश्यक है, छाती में अकड़ और भास में गर्व है, अंग-अंग में सुपराई और पुल्लुत्तापन है। जिससे आप मुसकिलाकर बात करते हैं, जिधर आप झूमते हुए निकल जाते, मुर से गुन-गुनाते जाते हैं, लोग विवश हो आपको घूरते हैं। आप यह समझने की भूल न कीजिए कि लोग आपके नैसर्गिक रूप-सुन्दरता के कारण आप पर लट्ठू होते हैं। यह तो सारा खिल उमर रस का है, जो आपके चौदहवें वर्ष में पैर रखते ही देह में उमड़ता आ रहा है, और इतनी कमनीयता परमा रहा है। इन नषमें केवल एक-आध बात फीकी है। एक तो स्यों-ग्यों दिन बीतते हैं, स्यों-स्यों आपका वह कोकिल-कंठ सुनने में नहीं आता; धीरे-धीरे वह चींग मधुर स्वर भारी और मोटा होता जाता है। दूसरे, गालों पर मूँछें सोम-राशि कुछ रंग पकड़ती आती है, और ताग्रुप नहीं कि १६-१७ लगते-लगते वे चिकने काले बाल आपकी दुहियों को छिपा लें।

ये तो बाहरी और मापारण परिवर्तन हैं। मुबक के मानसिक और नैतिक जीवन में और भी एक-से-एक बदलर हो-फेर हो जाते हैं। पर यदि यहाँ पर हम बात के बिना बताप कि हम रम का खोल क्यों ने और कैसे चलना है, हम उमर फेर-गार का मधिनर उल्लेख करें, तो कदाचित् उमर पर कोई विरषाम न करें। अनपह हमें करना पड़ता है कि उमर रम का निगम-

पसीजकर आपके रुधिर में मिलने लगा है। यह रस थ मोल है। इसके मिश्रण की जितनी महिमा गाई जा थोड़ी है।

क्या कभी आपने सोचा है कि जब गर्म हवा का झोंका लगता है, तो आँखों में पानी कहाँ से भर आता है; अथवा स्नायु भोजन या मनोहर पके फल को देखकर मुँह से राल कैसे टपक लगती है ? सुनिश्च, मनुष्य के शरीर में जगह-जगह पर छोटी छोटी थैलियाँ होती हैं, जिन्हें ग्लैंड ( Gland ) कहते हैं ये गिलटियाँ अथवा थैलियाँ एक विशेष प्रकार का रस छोड़ने लगती हैं, जो किसी खास अंग के लिये भी, सारे शरीर के लिये बहुत उपयोगी हैं, यह अथ अथवा राल इसी तरह की थैलियों से निकलती है। ठीक इसी ढंग से जो थैलियाँ जन्म से ही आपके शरीर के एक भाग में मौजूद थीं; पर आज तक उमरी न थीं, वे अब काम करने लगी हैं। इन थैलियों और दूसरी साधारण थैलियों के बीच केवल इतना अंतर है कि और थैलियों का पसीजा हुआ द्रव्य बाहर निकलकर जा हो जाता है; पर इन थैलियों का द्रव्य अभी भीतर-ही-भीतर गुप्त रहा है, और क्रमशः आपके प्रत्येक अवयव में फैल फैलकर उसे दृढ़ और कांतिमय बना रहा है।

यह वही का प्रभाव है कि आपकी आँखों में इतनी ग्योति है,



स्थान पारधात्य विद्वानों के मत से चंडकोप है। नाक, कान, जिह्वा इत्यादि इंद्रियों के निकट जैसी थैलियाँ हैं, वैसी यहाँ पर भी हैं। उनमें दो प्रकार का छाप होता है; एक भीतरी, दूसरा बाहरी। चंडकोपवासी थैलियों का बाहरी छाप मुल-स्पर्श से वा काम-चित्तन से होता है। पर भीतरी छाप, किशोरावस्था से लेकर २५ वर्ष तक निरंतर होता रहता है। जाँच करके देखा गया है कि जिन बच्चे या घोड़ों के चंडकोप की थैलियाँ चीरकर निकाल ली गई हैं, वे सुस्त, पसमोड़े, डरपोक और निर्जीव हो गए हैं। उनका सिर सदा झुका रहता है—वे तनकर खड़े नहीं हो सकते। वे परिभ्रम करने से जी चुराते हैं, और लड़ने के समय भाग खड़े होते हैं। देखने में उनके शरीर स्थूल और बलवान् मले ही माखम हो, पर होते हैं वे एकदम निरुन्मत्त।

मनुष्य-मेणी में खोजों और होजकों की दशा देखिए। वे कैसे नीचे और हीन हो जाते हैं! वासत्व और शुष्कखोरी में उनका समय जाता है। तात्की बजा-बजाकर वे भीख माँगते करते हैं। इन सब दोषों की जड़ कोप की थैलियों का न होना पक्षपन के बाद उन थैलियों से रस निकालने का जब समय आता है, और वहाँ थैलियों का नाम तक नहीं रहता, तो वेद नहीं हो पाती

शरीर ऊपर से चादे

हैं। जब कि शिक्षा समाप्त कर कार्य-क्षेत्र में उतरने की पदी आती है, तो वे शक्तिहीन और रोग-जर्जर दिखाई पड़ते हैं।

बहुर चित्रकार ने वह क्या ही अच्छा दृश्य (Picture) खींचा था, जिसमें बीच में तो एक अधोध शिशु बैठा है, और उसी की दोनों ओर भिन्न-भिन्न शिक्षा और संभाल के कारण, असम-असम पॉसि में, दाहिनी ओर पहले तो सुरक्षित बालक, फिर विद्यार्थी, आगे प्रतिष्ठित कर्मचारी और अंत में अपने परिवार से पिरा हुआ सुखी वृद्ध दिखाई पड़ता है, और बाई ओर आवाग लड़का, फिर सड़कों में भटककर मदक, नरा पीनेवाला, फिर भिखारी और अंत में अस्पताल में पड़ा हुआ निस्सहाय, विरही का जोटो दृष्टिगोचर होता है।

यह दुर्दशा केवल रस-स्त्राव के बरबाद करने का मसीजा है। जो इस रस के बेग में आकर उटपटोंग करने लगता है, उसकी इससे भी अधिक अधोगति होता है; परंतु शांत-भाव से अपनी किशोरावस्था में इस रस के पसीजने पर भी जो अपने से ब्येष्ठ भाई-बंधु के आदेश मानकर संयम से रहता है, उसकी दिनोंदिन सुद्धि विमल और शरीर तेज-पूर्ण होता जाता है। जब तक देह में इस रस का संचार होता है,

## शिक्षा और संयम

किशोरावस्था में भले घर के लड़के सुरक्षित रखे जाते हैं, उनका शरीर उचित आहार और व्यायाम द्वारा पुष्ट बनाया जाता है। सब प्रकार की विद्या एवं कला का उन्हें अभ्यास कराया जाता है, जीवन में किस तरह वर्तना चाहिए, समाज के नियमों का किस प्रकार पालन करना चाहिए—ये बातें उन्हें सिखाई जाती हैं। भले आश्रमियों की तरह बातचीत करना, छोटे-बड़े सबके साथ शिष्टता का व्यवहार, अपने अधिकारों का ज्ञान और कर्तव्य-पालन का उन्हें पाठ पढ़ाया जाता है। अभिप्राय यह है कि किशोरावस्था का समय, जब कि शरीर नीरोग और मन प्रफुल्लित होता है, बहुत ही अच्छे उपयोग में आता है। परंतु नीची भेणी के लड़के, जो किसी की देख-रेख में नहीं होते, आचार-भ्रष्ट होकर अपने को सब तरह से बिगाड़ डालते





100

100

से छोटे लड़कों की आत्म-कहानी सुनने में बड़ा सुख मिलता है, और वे उन्हें बहका-बहकाकर और भी भ्रम में डाल देते हैं। स्मरण रखिए, जिस पुरुष के समीप बैठने में आपको एक भीतरी शांति और गंभीरता का अनुभव न हो, उससे अपना भेद बताने में कोई उपकार की संभावना नहीं। पर हम यह भी नहीं कहते कि आप चुप हो बैठिए; अवश्य आप कोई ऐसा सज्जन ढूँढ़िए, जिसे देखकर आपके चित्त में सात्त्विक बुद्धि का विकास हो, और आप अपने मन की महीनता को दूर करके अपने स्वभाव की पारम्यिक शक्तियों पर विजय प्राप्त करने का पवित्र संकल्प कर सकें।

यह जरूर है कि वृद्ध और युवक में सहानुभूति बहुत कम देखी जाती है। उधर तो युवकों की हँसी-ठठोली और स्वभाव देखकर वृद्ध अकारण ही दूर ही से क्रुद्ध करते हैं, और इधर उनके पोपले मुँह चिड़चिड़े और सशंक स्वभाव से द्वारकर नवयुवक उनसे दूर भागता है। इसमें हानि है केवल युवकों की; क्योंकि पृथिवी पर मानव-जाति का कल्याण सभी संभव है, जय युवकों के दृढ़ शरीर का मेल वृद्धों के परिष्कृत व्यावहारिक ज्ञान से होता है। पर बात यह है कि वृद्ध लोगों में बुद्धि होती है, तो सामर्थ्य नहीं, और युवकों में सामर्थ्य है, तो बुद्धि नहीं। युवा और वृद्ध, दोनों को मिलकर काम करने से बढ़कर दुनिया



लड़के हैं, इन्हें खेलने दो। पर यही लड़के जब अज्ञानता के कारण घोर अत्याचार कर बड़े होते हैं, तो रो-रोकर उन्हें गालियाँ सुनाते हैं, और कहते हैं कि ये हज़रत चौथासौ पंडे हमारे साथ ही रहते थे; पर इन्होंने हमें तनिक न रोका—खूमट बुद्धो ने हमें सत्यानारा होते देखा; पर इन्होंने हमारी बाँह न पकड़ी !

छैर, उन युवकों का यह दुर्भाग्य था कि उनके माता-पिता ज्योतिषी न थे, उनके कुछ बिना यथाप्य अटकल से उनके चाल-चलन का पता लगानेवाला कोई ऐसा दयालु और दूरदर्शी मित्र न मिला, जो उन्हें यौवन-मद के अनर्थ से बचाता; पर इन पैक्तियों पर जिन छोटी उमर के पाठकों की दृष्टि पड़ रही है, वे तो अब नहीं कह सकते—“अरे ! किसी बुद्ध ने मुझे चेतावनी न दी ! मैं लुट गया; पर मेरी किसी ने रक्षा न की !”

अब देखो, चपल पाठक ! आज तुम अच्छे धिरे हो। हमारा वक्तव्य सुनकर था तो तुम सत्य का ग्रहण करो और अपना सुधार अपने हाथ में लो, या आज से जो कुछ उपद्रव और पाप-कर्म करो, वह जान-बूझकर दिनदहाड़े अपना गला अपने हाथ घोटने की नियत से करो। तुम्हारे लिये अब कोई दूसरा मार्ग नहीं है।

मे डूबता सुधार नहीं। चीम, रोम, मारतर्क आदि देशों  
 इतिहास में बड़ी मजबूत प्रसिद्धि प्राप्त हुआ है जिसमें युवकों  
 जीवन का ठीक कर बुद्धिगणों ने उनसे सुख, आराम, स्वतंत्र  
 और आर्थात्मिकता के नियमों का अनुरीक्षण कराया है। 'इस  
 निमित्त, पाँचे युद्धों का संग उतना प्रिय और विश्वासहीन न हो, स  
 उसमें अपना भला ममककर—बिरोगकर किरोगवस्था =  
 अपने घर का पक्षों के युद्धों के पास बैठना चाहिए, और क  
 बातों पर, उनमें कुछ तत्त्व मानकर, ध्यान देना चाहिए।  
 बहुधा हमारे युद्ध सरल प्रकृति के होते हैं, और वे वर्तमान  
 समय की सामाजिक घुटाइयों का हाल नहीं जानते। आजकल  
 के नए छोड़ों की चाल वे नहीं पहचान सकते  
 मोटी-मोटी बातों पर उनका ध्यान जाता है; पर ऐं-नै  
 में उनकी बुद्धि काम नहीं करती। सूर्यास्त के उपरांत वे  
 युवकों को घर से बाहर न हिलने देंगे; लड़कों के  
 नकद रुपए न आने देंगे। पान न खाना, सामने मुँह  
 टोपी पहनना मानो नेकी का पुतला होना है। लड़कों  
 कोई गुप्त व्यवसन हो, वे घर ही के भीतर अपने बाप और  
 चचा की कोठरी की बराल ही में तरह-तरह के ऊप्य  
 मचाते हों, आपस ही में कैसी ही पृथिवि क्रियाएँ करते हों,  
 पर उन युद्धों को कोई संदेह नहीं होता। वे सामान्य

सफलता का अभिमान और खेल के मैदान में बाजी लेने का स्वाद चखाया जावे, तो भी वह, कभी मूल कर, शारीरिक इंद्रिय-सुख में लिप्त हो सके ! जो विद्यार्थी सदा अपनी परिचाओं में कृतकार्य होकर पारितोषिक लेता रहा है, जो बहुत थोड़ी ही अवस्था में स्कूल या कॉलेज की ऊँची कक्षाओं में पढ़ता रहा है, जो चतुर्दिक अपने मित्र और सहपाठियों की ईर्ष्या का पात्र हुआ है, और जो अपने प्रोफेसर और मास्टर्स से प्रतिष्ठा पाकर अपने विद्यालय की लिटरेरी सुसाइटी वा डिबेटिंग सुसाइटी का मंत्री वा खजानची नियुक्त हो चुका है, उसी का हृदय जानता है कि क्वालि और प्रसिद्धि का सुख कैसा अनिर्वचनीय होता है !

गणित के जिस सवाल (Problem) को ऊँचे दर्जेवाले नहीं निकास सकते या जिसके करने में अभ्यापक महाशय को भी सिर खजाना पड़ता है, उसे चटपट दो-तीन स्टेप में निकासनेवाले युवक की आत्मा में कैसा आह्लाद होता है ? जिस विषय पर सप्ताह-भर लोग पुस्तकें चलट-पलट कर सोचा-विचार करते हैं, उस पर थोड़ी ही-सी तैयारी के उपरांत एक सार-पूर्ण और मनोहारिणी बक्तवा देकर अब युवक अपना आसन ग्रहण करता है, उस समय उसके रोम-रोम में कैसा आनंद समझता है ? कितने ही विद्यार्थी तीन-तीन

## किरीरावस्था

यह मानना ही पड़ेगा कि नवीन अवस्था की नवीन भाराएँ, नवीन उरसाह और नवीन पराक्रम व्यर्थ गँवाने के लिये नहीं हैं। जिस शक्ति-सामर्थ्य से संसार के एक-से मणि-मुक्ताओं से बढ़कर अनमोल पदार्थ हस्तगत हो सके हैं, वससे यदि कोई पोत और काँच प्राप्त करके ही संवो कर ले, तो उसकी बुद्धि को बलिहारी !

पर मनुष्य का स्वभाव विचित्र है ! वह प्रकृति के मोह और विकार में आकर कभी-कभी गुमराह हो ही जाता है। उसके जी में एक ओर सुखी, गुण्य और संपन्न होने की लालसा घोर करती है; दूसरी ओर काम-वृत्ति की ज्वाला उसे छिन्न-भिन्न कर डालती है—मनुष्य का यही अकंठा शत्रु उसके सब हौसले बिगाड़ देता है। यदि लोग इससे सावधान हो जायें, और कामासक्त होने से अपने को बचा लें, तो फिर संसार में कोई ऐसा दीखे ही नहीं, जो दुखी, मलीन वा संताप-हृदय हो। उस “महापाप्मा महावैरी” काम को जो सर कर लेता है, उसकी बढ़ती उमर के साथ ही और शौर्य के आगे सभी सिद्धियाँ धाँप जोड़े खड़ी रहती हैं।

कोई ऐसा युवक भी होगा, जिसे उसकी निर्दोष और छोटी अवस्था में एक बार पूर्ण स्वास्थ्य का आनंद लेना

र ठीक-ठीक उतार देना कितनी प्रतिभा का काम ! जो देखता है, वही दाँतों-तले अँगुली दबाता है—  
 'सको सरादना करता है, और सोंस लेकर कहता है—  
 'हाय ! यह भी एक आदमी है, और मैं भी एक आदमी हूँ ?'

बिरास रक्षिष, ये सब युवावस्था में सँभलकर चलने का प्रताप है । लोग यह नहीं जानते कि जन्म से और माता-पिता के संस्कार से हमारे स्वभाव में कैसे-कैसे गुण पड़े हैं । अब तक अपने को यत्न-पूर्वक सुरक्षित रखकर हम उन गुणों को विक्राम का अवसर नहीं देते, तब तक हमें अपने प्रारब्ध को रोप नहीं देना चाहिए ।

विचार करके देखिए, तो ऐसे आदमी बहुत थोड़े हैं, जो बालकपन से ही अपने को मूखे, व्यसनी और कुचाही पाते हैं । उनमें अधिकांश लोगों ने अपने को जान-बूझकर ऐसा बना रक्खा है, और फिर अवसर निकल जाने पर वैव और भाग्य की तुहाई देते हुए जीवन व्यतीत करते हैं ।

इसीलिये यह नियम है कि युवावस्था की नई शक्ति और रमंग से पूरा-पूरा लाभ उठाना चाहिए । पर इसमें शीघ्रता करनी चाहिए, क्योंकि युवावस्था के जो दो भाग हैं—एक, पूर्वार्द्ध १४ से १७-१८ साल तक और दूसरा परार्द्ध, १८ से २५ साल तक—उनमें से जितना काम पूर्वार्द्ध में निकल





१२ ठीक-ठीक उत्तर देना कितनी प्रतिभा का काम ! जो देखता है, वही दाँतो-तले अंगुली दबाता है— इसकी सराहना करता है, और सॉस लेकर कहता है— “हाय ! यह भी एक आदमी है, और मैं भी एक आदमी हूँ ?”

विश्वास रखिए, ये सब युवावस्था में संभलकर चलने का प्रताप है । लोग यह नहीं जानते कि जन्म से और माता-पिता के संस्कार से हमारे स्वभाव में कैसे-कैसे गुण पड़े हैं । जब तक अपने को यत्न-पूर्वक सुरक्षित रखकर हम उन गुणों को विकसित का अवसर नहीं देते, तब तक हमें अपने प्रारम्भ को दोष नहीं देना चाहिए ।

विचार करके देखिए, जो ऐसे आदमी बहुत थोड़े हैं, जो बाल्यकाल से ही अपने को मूर्ख, ब्यसनी और फुसाली पाते हैं । उनमें अधिकांश लोगों ने अपने को जान-बूझकर ऐसा बना रक्खा है, और फिर अवसर निकल जाने पर देव और मान्य की दुहाई देते हुए जीवन व्यतीत करते हैं ।

इसीलिये यह नियम है कि युवावस्था की नई शक्ति और उमंग से पूरा-पूरा लाभ उठाना चाहिए । पर इसमें शीघ्रता करनी चाहिए, क्योंकि युवावस्था के जो दो भाग हैं—एक पूर्वार्द्ध १४ से १७-१८ साल तक और दूसरा परार्द्ध, १८ से २५ साल तक—उनमें से जितना काम पूर्वार्द्ध में निकल



यदि युवक अभी तक अचारवान् रहा है तथा उसके चरित्र में दृढ़ता है, तो दिन में किसी तरह वह समय काट लेता है ; पर निद्रा में अचेत होते ही उसकी कल्पना बहुत ही कुदंगे चित्र उतारने लगती है, और उसके प्राणों से भी प्यारा अमूल्य रस शरीर से वह निकलता है । पहले वह ऊर्ध्वरेत था, पर अब वह "अधःरेत" हो गया—उसका शीर्ष शरीर में न रहकर अपने आप बाहर को दौड़ता है । पहले उसकी गति स्नायु और मस्तिष्क की ओर थी, अब वह बाहर भाकर नष्ट हो जाता है ।

यह बड़ी भारी बुराई है । इससे शुद्धकारा पाने के उपाय की वर्षा हम आगे के अध्याय में करेंगे ।





प्रता देखने में नहीं आती—वे सब-के-सब पीले पड़ते जाते हैं । उनके होठों पर पपड़ियाँ जमने लगती हैं, सिर के बाल झड़ने लगते हैं, बदन का चमड़ा टीला पड़ने लगता है, चेहरा उतरा जाता है, और उनकी चाल-ढाल में झालस और हृदय-भग्नता की झलक दृष्टिगोचर होने लगती है । वे यही युवक हैं, जो आगे छयी-रोग से पीड़ित होकर सुधाली, अलमोदे की हवा खाने आते हैं तथा अपने घरवालों को बहुतेरा आस पहुँचाते हैं ।

पर क्या ये अपने आपको अश्वरदस्ती बिगाड़ते हैं ? ऐसा तो कोई प्राणी न होगा, जो जान-बूझकर अपने को काल के गाल में डाले ! अवस्था थोड़ी-सी भी विषम हो चलती है, तो मनुष्य बही से अपने को मोड़ता और बचाता है ! फिर इस पर कैसे विश्वास हो कि ये युवक आँख मूँदकर सीधे रसातल को जाते हैं ?

जात ऐसी नहीं है । वे युवक बहुत ही थोड़े हैं, जो अंधा-धुंध, और से अंत तक, इंद्रिय-वृत्ति के पीछे आत्महत्या करने को उतारू होते हैं । यदि ऐसे हैं भी, तो उनके लिये मुझे यहाँ कुछ कहना ध्येय है; क्योंकि वे उन पतंगों की भाँति हैं, जिनके पर उग आते हैं, और जो निश्चय ही अपने को नष्ट कर डालते हैं । उनका दोष, उनका पाप उन्हीं के

## स्वप्नदोष और उसका निवारण

शुक्र (वीर्य) का भीतर-ही-भीतर पुलकना स्वयं मनुष्य की अपनी भलाई के लिये है। उसका बाहरी उपयोग संतानोत्पत्ति में हो सकता है। पर यह स्पष्ट है कि १८ वर्ष के युवक के और संतानोत्पत्ति से कोई संबंध नहीं। बेचारे की न बनी हड्डी बनी है, न अंग भर है, न शिष्टा समाप्त हुई है, और न जीविका का ही कोई सहारा हुआ है। समाज और प्रकृति दोनों ही उसे इस कर्म के अयोग्य ठहराते हैं।

पर वह बेचारा बड़ी द्विविधा में पड़ता है। एक ओर गृहस्थ-जीवन में प्रवेश करने की यह अयोग्यता, दूसरी ओर रात को डरकर चारपाई पर जाना और फिर भी शुक्र से प्रातःकाल बल गीले! अभिप्राय क्या है? युवक की यह दुर्दशा क्यों? इस आपत्ति के कारण स्कूल-कॉलेजों में जाकर लिए। १७ वर्ष के ऊपर किसी कुमार के मुख पर प्रस-

ता देखने में नहीं आती—वे सब-के-सब पीले पड़ते जाते । उनके होठों पर पपड़ियाँ जमने लगती हैं, तर के बाल झड़ने लगते हैं, बदन का चमड़ा छील पड़ने लगता है, बेहरा उतरा जाता है, और उनकी चाल-ढाल में मलस और हृदय-भग्नता की मलक दृष्टिगोचर होने लगती । वे यही युवक हैं, जो आगे सघी-रोग से पीड़ित होकर युवाली, अलमोड़े की हवा खाने जाते हैं तथा अपने घरवालों को बहुतेरा श्रास पहुँचाते हैं ।

पर क्या ये अपने आपको खबरदस्ती बिगाड़ते हैं ? ऐसा तो कोई प्राणी न होगा, जो जान-भूमकर अपने को काल के गाल में डाले ! अवस्था थोड़ी-सी भी बिपम हो चलती है, तो प्रतुष्य वही से अपने को मोड़ता और बघाता है ! फिर इस पर कैसे विश्वास हो कि ये युवक जॉश मँतकर सीधे रसासल को जाते हैं ?

चाह ऐसी नहीं है । वे युवक बहुत ही थोड़े हैं, जो ज्ञान-धुप, ओर से अंत तक, इंद्रिय-वृत्ति के पीछे आत्महत्या करने को उतारू होते हैं । यदि ऐसे हैं भी, तो उनके लिये मुझे यहाँ कुछ कहना जरूर है; क्योंकि वे उन भौति हैं, जिनके पर उग आते हैं, और जो को नष्ट कर डालते हैं । उनका



सिर है। शास्त्र भी उनमें हाथ धो बैठता है—“यस्य स्वयं प्रज्ञा, शास्त्रं तस्य करोति किं” अर्थात् जिसके बुद्धि नहीं है, उसका भला शास्त्र क्या कर सकता है! महात्माओं को दूर ही से प्रणाम कर हम इस समय उन ही युवकों की चर्चा करता हूँ, जो रात-दिन स्वप्न-राप से अपने ही चिंता तो करते हैं; पर उससे पीछा नहीं छुड़ा पाते। जब ही दो-चार दिन उनका शरीर अच्छा होने लगता है, काम में हाथ लगाने का उनमें साहस आता है, वस, यह प्रकट होकर उनके सारे उर्मंग और उत्साह को झिन्न-भिन्न कर डालता है। परिश्रम और उद्योग आदि गुण के आश्रय जिन पर युवकों की आत्मोन्नति निर्भर है, संसार में वे अपना सिर नहीं उठा पाते। उनकी आँखों के सामने निराला का अंधकार छा जाता है, और वे बहुत घबराते तथा व्याकुल होते हैं।

खेद का विषय तो यह है कि वे इसमें अपने को एकदम निर्दोष समझते हैं, और अपने दिलमें बराबर यही कहते रहते हैं कि हम अपने जानते कोई ऐसा काम नहीं करते कि इस दुनिया के भागी हों। लोग कैसे-कैसे पाप और दुराचार करते हैं, फिर भी वे हट्टे-कट्टे, छाती निकाले घूमते फिरते हैं।

लिया करते हैं; उस पर भी हम बराबर नाकी टटोला  
ते हैं, और दिनोदिन सर्व प्रकार छीजते जाते हैं। इसमें  
अच्छा था कि छूटकर खूब खेलते और मौज उड़ाते।  
गुनाह ये-सञ्जत से क्या कायदा ? न दुनिया देखी,  
मेकी और संदुरुस्ती हो हासिल हुई।

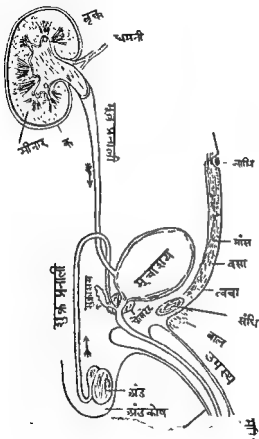
ऐसे वदत विचार की भ्रांति में पड़कर प्रायः लोग शैतान  
भी बांधी बंदने को तैयार हो जाते हैं। वे कहते हैं—  
तना परदेष्ट होने पर भी जब शुक्र की रक्षा नहीं हो पाती,  
वह स्वप्नदोष इत्यादि में निकल ही जाता है, तो उससे  
वय-भोग की ही सिद्धि क्यों न की जाय ? ऐसे भी वह नष्ट  
गा और वैसे भी ! जलो आनंद ही सूटे !”

साधारण मनुष्य के लिये इस प्रकार तर्क या दलील करना  
लकुल ठीक है। पर इस तर्क में उससे एक बड़ी भारी भूल  
ही है, और वह पीछे से अपनी अज्ञानता के लिये बहुत  
गनक दुःख उठाता है। वह गरीब नहीं जानता कि पूरी  
इसे आरोग्य नवयुवक के वास्ते भी समय-समय पर निद्रा  
शुक्र का रखरान होना एक नियम की बात है। हम ऊपर  
इ आप हैं कि वह पेदू के पास एक क्रिया का फल है। वह  
प्रकार होता है कि पेदू-प्रदेश (Abdomen)-  
पान पर कुछ जीवाणु (

आदर है एक बच्चा का दृश्य, जिसे 'एन्स्युमेन' (Ensign) करने दें। यह दृश्य मोटा-मोटा तपिर से, त विशेष शिवा के द्वारा, बनकर मूत्राशय के पास एक क्रां (Spermatid vesicle) में संलग्न होता है। पुत्र के शरीर में जैसे-जैसे बत आने लगता है, वैसे-वैसे जीरागुद का यह लघु पदार्थ—एन्स्युमेन—चरुत से अधिक बत लगता है। वही बत हुआ एन्स्युमेन बूंद-बूंद इकट्ठा होकर जब १५-२० दिन में बढ़कर नाभी के नीचे तनने लगता है, तो नवयुवक का चित्त अस्थिर होने लगता है, और उसे वर-तरह की अपवित्र भावनाएँ सताने लगती हैं।

क्या आपने सुविख्यात चित्रकार रविबर्मा का वह चित्र नहीं देखा, जिसमें उसने "ऊषा का स्वप्न" नामो मनोहर दृश्य चित्रित किया है? ऊषा एक युवती थी। उसका विवाह श्रीकृष्ण के पोते अनिरुद्ध से होनेवाला था। उसने अनिरुद्ध को कभी देखा न था; पर उसका वर्णन बहुत सुना था। एक रात को जब वह सोई, तो स्वप्न में क्या देखती है कि अनिरुद्ध उसके बहुत समीप आकर, उसे निहारने के लिये, सिरहावे लव पर झुके जाते हैं! इधर स्वप्न में उसका शरीर उस कल्पित से पुलकित और रोमांचित हो रहा था। इसका क्या अर्थ था? केवल शरीर ~

# किशोरवस्था





अब आप समझ सकते हैं कि पेड़ के निकट के उस कोप का उधरा हुआ एल्ग्युमेन यदि बाहर दल जाता है, तो उसमें कोई बेसा भय नहीं है। यह तो एक नैसर्गिक क्रिया है। आँख से जैसे कीचड़ और कान से जैसे मैल निकलता है, वैसे ही इसे भी समझिए। इससे डरकर वैद्य-हकीम की केर में पड़ना और इरितहारी दावा खाना निरी मूर्खता है !

हाँ, यदि स्वप्नदोष बहुत जल्द-जल्द होने लगे, तो उसका कारण हँसना आदिष्ट; क्योंकि ऊपर बताए नियम के अतिरिक्त और कई प्रकार से बीर्य का रसलान हो जाता है। उनका भी अवसर पाकर उल्लेख होगा। पर यहाँ हम इस बात पर जोर देना चाहते हैं कि हमें, पार-पार के स्वप्नदोष से तंग होकर, कभी भूलकर भी यह न मान लेना चाहिए कि रात में सोते-सोते बीर्य का नष्ट होना और अपनी इच्छा से उसे निकालना एक ही बात है।

इसका भेद बहुत सूक्ष्म नहीं है। एक गैबार भी बतला सकता है कि स्वप्नदोष की अपेक्षा हस्त-क्रिया, पर-छा-नामन या और दूसरे व्यभिचार, त्रिनके द्वारा बीर्य शरीर में धका देकर निकाला जाता है, परागुणा अधिक हानिकारक हैं; क्योंकि स्वप्नदोष से केवल संक्षिप्त एल्ग्युमेन का प्रवाह हो जाता है; पर व्यभिचार द्वारा शरीर-भर का स्रु मवा जाता है।

जो बीर्य तैयार होगा है, वह

दोनों को समान मम करने की जो गड़बड़ी करते हैं, वे एक ओर अपनी पाप-शुद्धि के बहकावे में अपनी पीठ अपने हाथ ठोकते हैं, और दूसरी ओर अपने जीवन को स्वाहा करते जाते हैं! यादर तो यह है कि इस पाप के परिणाम से जब तक उनका मस्तिष्क नहीं बिगड़ता और वे पागल नहीं होते—जब तब प्रमेह, उपदंश आदि पृथिवी रोगों से उनका शरीर जर्जर न होता और उनके रुधिर में बिकार आने के कारण उन्हें सैर नरक का सुख अनुभव नहीं होता, तब तक उन्हें संदेह तक नहीं होता कि हम क्या कर रहे हैं!

ऊपर का भ्रम एक और कारण से होता है। गली-कूचेवाली छोटी जातियों से हमारे वायू लोग यह सुन लेते हैं कि “१८-१९ वर्ष के बाद शरीर से वीर्य का निकलना अच्छा होता है। बहता पानी जैसे स्वच्छ होता है, वैसे ही बहता वीर्य युवक को एक जासा पट्टा बना देता है। वीर्य को रोकने से दिमाग में गरमी बढ़ जाती है।”

ऐसी ही निर्मूल ऊटपटांग बातें उनके कानों में पड़ती हैं, और फिर क्या ‘काता और ले उड़े’ की कहावत चरितार्थ होती है। नए वायू जब तक अपने अंजर-पंजर ढोले नहीं र डालते, तब तक वे किसी की भी नहीं मानते! भला पदार्थ से हमारे सब प्रकार के सुख अ कल्याण

की संभावना है, उसे खोकर हम क्या फल पायेंगे ?

संसार में मनुष्यों पर जब भीर पड़ी है, बड़ी-बड़ी लड़ाइयों से जब उन्हें सामना करना पड़ा है, अपने बल और पौरुष की जब उन्हें परीक्षा देनी पड़ी है, बड़े-बड़े वैज्ञानिक और मनस्वी आविष्कारों ने जब मानवजाति के लिये कठिन प्रयास किया है, तो उस समय, एक निमेष के लिये भी, उन्होंने विषय-भोग का ध्यान मन में न आने दिया है ! इतिहास इस बात का साक्षी है कि इस कर्म से अलग ही रहकर मनुष्य बड़े-बड़े काम साध सकता है ; अन्यथा प्रकृति पर उसकी जीत या संसार में उसकी प्रतिष्ठा नहीं हो सकती ।

यह बात भी निर्विवाद है कि एक नियत काल तक—अर्थात् कम-से-कम ३० वर्ष तक—मनुष्य विषय-भोग से किनारे रहता हुआ अपना स्वास्थ्य बनाए रख सकता है । इसके परचात्, कुछ डॉक्टरों के मत से उसके जीवन में, संयम करने से, सुस्ती और उदासी आने लगेगी; पर दूसरे डॉक्टर दावे से कहते हैं कि ऐसे मनुष्य की पूरी आयु होगी, और उसे अपने कर्तव्य-पालन में अद्भुत सफलता और शान्ति प्राप्त होगी । विज्ञान की यह बात हमें शिरोधार्य होनी चाहिए ।



किरीयवस्था

अब हम यह देखना चाहते हैं कि निय-  
रूपकर मनुष्य कहाँ तक सुखी और प्रसन्न रह-  
दे—विचार और मुख्यवरया से अपने जीवन  
आनन्दमय बनाने में उसे कितनी सफलता  
संकती है।

पुराने लोगों के मत के अनुसार हम जन्म से ही शो-  
और दुःख से परे हैं, हम सच्चिदानन्दरूप हैं, हम सब प्रकार  
मुक्त और स्वतंत्र हैं—

अहं देवो न चान्योऽस्ति प्रमोहो न शोकभाह्।  
सच्चिदानन्दरूपोऽहं नित्यमुक्तस्वरूपवान् ॥

नए नीतिकारों ने भी इस जीवन को सुखमय प्रमाणित  
किया है। There is joy in living, life is worth  
living आदि वाक्यों में भी यही उपदेश है। कवि ने क्या ही  
अच्छा कहा है—

कहो न प्यारे मुझसे ऐसा—

“भूँठा है यह सब संसार,

बोधा मगका, जी का रगका,

केवल दुख का हेतु अपार।”

जगत है सचा, तनिक न कचा,

समगरी बचा इसका भेद।

पीओ-साओ, सब सुख पाओ,

कभी न साओ मन में रोद ।

[ जगत्-सचाई-मार

कहाँ तो हमारा यह विश्वास है, और कहाँ हम देखते हैं कि कितने ही नवयुवक निष्कपट भाव से अपना जीवन सुधारने का प्रयत्न करते हुए भी असफल होते हैं । प्रकटरूप उनमें कोई कुव्यसन नहीं है; आहार, निद्रा इत्यादि भी क्रमानुसार ही होता है । परन्तु भी उनका स्वास्थ्य अच्छा नहीं रहता । विरोध कर स्वप्नदोष की उन्हें बड़ी शिकायत रहती है । वे उसे हटार रोकना चाहते हैं, पर वह नहीं टकता । कभी-कभी तो उसके भय से वे चारपाई पर बैठे-बैठे रात काट देते हैं; क्योंकि जहाँ सोए कि वीर्य नष्ट हुआ ! वे फिर किसी योग्य नहीं रह जाते । उनसे क्यापाम नहीं होता । शरीर में सब प्रकार की व्याधियाँ घर घर लेती हैं । जतना किन्ती काम में जी नहीं लगता और जीना व्यर्थ हो जाता है । ऐसे आदमियों के लिये क्या कहा जा सकता है ? वे क्या अपने अपराध से दुःखी हैं ?

यों बहने-सुनने में चाहे ओ बुद्ध हो ; पर अच्छी तरह विचार करने से मालूम होता है कि इसमें नवयुवकों का ही दोष है ; क्योंकि प्रत्यक्षरूप पाप में दूर रहना एक बात है,



बड़ी दुर्गति होती है; क्योंकि वे कहीं के भी नहीं रहते। पाप-कर्म करने से मनुष्य की प्रायः जो अवस्था होती है, क़रीब-क़रीब वही मन में पाप का ध्यान खाने से भी होती है; क्योंकि शरीर-विज्ञान के अनुसार किसी के रूप वा हाव-भाव की कल्पना से सुख मिलते ही शरीर में वीर्य बनने लगता है, और अब वह बन चुकता है, तो उसे बिना निकाले चैन नहीं पड़ता ! हाँ, उसका एक अंश शरीर ही में सुखा दिया जा सकता है। पर उसकी भी हर है। इसलिये हँसी-ठोड़ी, गंदे गाने इत्यादि से भी बड़ी हानि पहुँचती है। कुछ लोग कहा करते हैं कि युवक के लिये दूसरों से गले लगने, झरलीख शब्द कहने वा सुख घूमने में कोई हर नहीं है। ऐसे लोगों को मनुष्य-स्वभाव का बहुत अधूरा ज्ञान होता है, और उन पर कभी विरवास नहीं किया जा सकता। वे नहीं जानते कि साधारण तौर पर शरीर में पहले से कहीं वीर्य बना-बनाया नहीं रहता। भोग-वासना की दाह से ही वह रुधिर से छन-छनकर बनने लगता है, और फिर वह किसी-न-किसी तरह निकल आता है।

सभी तो दोस्तों के बीच नुरे-नुरे संकेत और बढ़-बढ़कर बातों में आकर

नेवाले लड़कों को बहुत

और अपने अंतः  
 भी बचाए रखना ।  
 है कि हम सुलझम  
 पर अपने हृदय के  
 तूत से बचाना स-  
 ताकते हैं—हममें  
 उभे व शंभे, धां  
 वरा अनंतकाल को  
 लय रह रहा है, ।  
 और किशके मन  
 जाम सकता । का

वह एक बहुत  
 है तो बचको दुः  
 तप से बचने को  
 लीककर हल के ।  
 लपट, लपट लपट  
 लपके लपट लपट,  
 लप से लप लप ।

वयस के अल्हड़ नवयुवकों की संगति में रहना—ये सब उसकी कल्पना को उत्तेजित कर देते हैं, उसके रुधिर में हारारत आ जाती है, और वह अपने वरा के बाहर हो जाता है। इसीलिये इस अवस्था में सरल रहन-सहन तथा भोग-विलास में लिप्त होने का अवसर न मिलना ब्रह्म-चर्य पालन में बहुत सहायक होता है, या यों कहिए कि इस उमर में भुख-भोग से थोड़ी-बहुत विरक्ति लाभदायक होती है।

मोटा खाना-पहनना, केवल शीथ और स्वच्छता का ध्यान रखकर जहाँ पाना पठना, बैठना और सोना, बाह्य न बनाना, इत्र-कुल्ल न धूना, नाच-तमारे से अलग रहना बहुत उप-कारी है। मनु ने बहुत दूर की सोची थी जो सिखा था—

वर्मेयत् मधुमांसं च मेषमांसं रसाश्रियः इत्यादि

अर्थात् माला, फूल, सुगंधि, अधिक रसीली और मीठी चीजों का सेवन ब्रह्मचारी को निषिद्ध है। यदि हमारे नव-युवकों को किसी तरह के ऐरा-भाराम का पसका न लगे, तो वे कभी अपने पथ से मूढ़ न हों, और उन्हें आत्म-संयम के पालन में अधिक कठिनाई भी अनुभव न हो।

मन विचलित हो जाता है, तो उस समय बीर्य बनाने पर प्रेरित हो हीजाय और जाना है, और उनसे अधिकाधिक स होने लगता है । पर इसका उपाय भी बड़ी सारा रहन-स और भोग-विश्राम की ओर से विरक्ति ही हो सकती है । ऐसे समय पर जब स्वप्नदोष बढ़ जाय, तो समझ चाहिए कि विरोध सावधानी से शुरू होना में व्यायाम इत्यादि करने, शरीर और बन्ध स्वच्छ रखने और मन पवित्रता के भाव लाने की आवश्यकता है । इन साधनों से वह पुनः हुआ बीर्य शरीर में दुबारा हल हो जाता है ।

किसी-किसी आदमी में इस तरह पसीजे हुए बीर्य को भीतर-ही-भीतर हल कर लेने की बहुत शक्ति होती है और उन्हें दो-दो, दार्ढ़-दार्ढ़ महीने तक स्वप्नदोष नहीं होता । यह बात सबके लिये भले ही असंभव हो ; पर यज्ञ करने पर प्रत्येक नवयुवक में यह शक्ति कुछ-न-कुछ बढ़ सकती है । इसमें सबसे अधिक सहायता अच्छी संगत से मिलती है । यदि एकाएक अपने में आप गंभीरता और सद्बिचार लाना चाहते हैं, तो जितनी धड़ी हो अपना जीवन एक या दो ऐसे मित्रों के साथ व्यतीत कीजिए, जिनके लिये आपके हृदय में बहुत मान और आदर हो, और जो सब तरह आपसे चरित्र और आचरण में भेद्य हों । खाना, पीना, काम करना, घूमना और

ना उन्हीं के साथ-साथ रखिए या यों कहिए कि उनके दिन-क्रम के साथ अपना जीवन-क्रम मिला लीजिए । इसके अतिरिक्त, अपने काम-धाम में कुछ परिवर्तन कर दीजिए । जो काम आज तक करते आए हों, उसे दो-चार दिन के लिये बदल डालिए और इसका ध्यान रखिए कि अकेले इमारा के ही काम में आप न फँसे रह जायें । शारीरिक परिश्रम और लिखने-पढ़ने तथा सोचने के काम में अपना समय बराबर-बराबर बाँटना चाहिए; नहीं तो इसका फल अशुभ होता है ।

इसमें कोई संदेह नहीं कि जो केवल शरीर से ही मिहनत करते हैं—जैसे किसान, बढ़ई, लुहार—वे उन लोगों से बहुत कम विषयी होते हैं, जो केवल मानसिक परिश्रम करते हैं, और उन्हें काम-पीड़ा उतना नहीं सताती । मामलास करनेवाले, जो मातःकाश ही शौच इत्यादि के लिये दूर जंगल में जाते हैं, नदी की धारा वा तालाब में नहाते हैं, खुले मैदान वा खेद-खलिहान में काम करते हैं, दोपहर वा रात को बिनाम और निद्रा के लिये भी वृष्ट और लवणों की छाँह का आश्रय लेते हैं, बड़े मजे में रहते हैं । सब पड़ी साक बढ़ती हवा के स्पर्श, शरय और वनस्पतियों की हरियाली, पक्षियों के पुष्पों की महक के आनन्द में



बैठा-बैठा मुग्ध भी रहता है, और बिना अपने सत्त्वतः नाश किए ही कालक्षेप कर लेता है। इसलिये जब स इत्यादि से शरीर में क्षीणता आ जाय, तो कुछ दिन के शहर से दूर गाँव में भी किसी पुरय-तीर्थ में चला। यह न हो सके तो, दो-चार कोस पर कहीं यात्रा में नि जाना तथा घर के समीप ही कोई नदी या झील में स्नान का नियम बहुत हितकर होता है। रात को एक चौड़े क में पाक बिस्तर पर स्तुति-पाठ इत्यादि करके आ को इष्टदेव के हाथ सौंपकर आवश्यकता-भर गाड़ी नी सोना, दिन को भी थोड़ी देर के लिये शरीर को पूर्ण विश्रा देना, अच्छा साहित्य या मनोरंजन के योग्य गल्प और भ्रमण वृत्तांत इत्यादि पढ़ना, कुछ-न-कुछ उपयोगी काम करते रहना, सुषट् और शाम दोनों वार—संभव हो तो—शुद्ध के भूत सार नहाना और कपड़े बदलना, पयोवृद्ध लोगों का सारसंग करना तथा अपने अनुकूल कोई काम से लेना और समीची समाप्ति में यत्नवान् होना—ये सब देश के बल-वीर्य को देश में रक्षित के साधन हैं। प्रसिद्ध डॉक्टर स्टॉल (Stall) जिन्होंने बराबर नवयुवकों का संसार में यात्रा तक कोई दूताप दितैषी नहीं हुआ, अपनी 'What a young man ought to know' नामक पुस्तक में स्वशरीर को रोकने के विविध

प्रपनी शिक्षा का सार-स्वरूप कुछ नियम देते हैं। उसका प्रसार्य नीचे दिया जाता है—

१. दिन में एक बार ठंडे जल से अवश्य स्नान करो।

२. रात को ब्यालू देर से न करो। शाम को खाने के उप-  
रांत घूमना-फिरना और सोने के पूर्व कम-से-कम ३ घंटे का  
अंतर देना, जिसमें पेट हलका हो जाय, जरूरी है। खाकर  
तुरंत ही सो जाना बहुत बुरा है।

३. कोई पदार्थ अधिक न खाओ।

४. तंबाकू या मदिरा का सेवन करना एकदम छोड़ दो।

५. चाय और कढ़वा का व्यवहार, जहाँ तक हो,  
कम करो।

६. कोई बहुत तपी चीज—जैसे कि बहुत गरम दूध या  
रसा—न पीओ, इससे शीर्ष पतला होता है।

७. निरामिष भोजन करो; मांस-मछली न छुओ।

८. खाने-पीने का समय बँधा हुआ रहओ। जो पाना, उसे  
म्या लेना बुरा है। बिना भूख लगे न खाओ

९. खाने में जल्दी न करो; रूब

१०. दोनों समय पाखाने जाया

पेट सदा . . .

के घाम ही बंद पैसां होना दे, त्रिममें जीवाणु  
एकमुमेन संपन्न होता है। अतएव मूत्राशय के  
घंस पैसां पर फोर पहुँचता है, और स्वच्छोप  
कर रहता है।

१२. शांति-स्थान में और अकेले चारपाई पर  
सोने के पहले इधर-उधर की न सोओ; मूटपट सो  
जागने पर तुरंत चारपाई त्याग दो। आलस्य से लेटे न

१३. रात को अधिक जागो नहीं। जल्दी समय प  
आओ, और निश्चित होकर जितना सो सको, सोओ।

१४. सोने के कमरे को बंद न करो। वसमें हवा म  
आने दो।

१५. प्रति दिन दो घंटे सुली हवा में जरूर कसरत करो।

१६. अधिक थको नहीं। दौड़-धूप या खेल-कूद में त  
थकावट न आने पावे।

१७. घाम में बैठना वा लेटना अवकाश तापना पुरा है।

१८. अपने पैर और तलवों को गोला वा ठंडा न होने दो।

१९. सदा प्रसन्न और हँसमुख रहो।

२०. ईश्वर में भरोसा रखो; क्योंकि "न हि कल्याण-  
कृत् करिषत् दर्शति सात गणपति"।

संज्ञेप में यही नवयुवकों की स्वास्थ्य-रक्षा के नियम हैं । इनमें एक-दो बातें विशेष ध्यान देने योग्य हैं । स्नान का साधारण क्रयदा शरीर पर जल छोड़ना होता है, पर उससे लाभ कम है । शरीर जब भीग जाय, तो तौलिए वा कपड़े से सारा शरीर सूख रगड़ना चाहिए, और यह भी ध्यान में रखना चाहिए कि स्नान के बाद ही थोड़ी कसरत करना वा एक-भाप मीस्र घूमना बड़ा स्वास्थ्यप्रद है ।

बहुत स्थानों पर रात में १०-११ बजे खाने का नियम है । लड़के पढ़ने-लिखने का काम समाप्त करके रसोई-पर में जाते हैं, और आकंठ खाकर सो रहते हैं । इस रिवाज को, जहाँ तक हो, अलुद तोड़ना चाहिए । जैन-धर्मावलंबियों का सूर्यास्त के पूर्व ख्याल करना अत्यंत युक्तिसंगत और स्वास्थ्य-कर है ।

दिन में दो बार, चाहे पाछाना मालूम हो वा न मालूम हो, जरूर टट्टी जाना चाहिए । नियत समय पर जाने से कुछ-



में कोई कधी उमर का लड़का दूसरों से खिलवाड़ न करने । एकांत में अपने से कम उमर के वा रूपवान् लड़के से कोई परदे की बात न छेड़नी चाहिए । ऐसा करने से कामा-होने का भय रहता है, और उससे लाभ के बदले उलटी न होती है ।

जिनकी पूर्ण अवस्था नहीं हुई है, उनके लिये विशेष खाना-पान, कपड़े-लत्ते, पान, एसेस वा छेले-भंगूठी और रिस्टबॉच से अपने को सँवारना काल के मान है । काशी, मथुरा, दिल्ली और लखनऊ में कितने ही ५, रईस और नवाब के लड़के दिन-भर के मिठस्लेपन के द संझा को घर से बन-ठनकर बाग की सैर करने को कलते हैं । वहाँ दो-चार तो फूलों के गद्दे भी पहनते देखे हैं, और बाक़ी वहीं बड़ी रात तक तबायकों से गुजरे जाते हैं । जिस जाति या देश के बालकों में इतनी सुकुमारता और विलास-प्रियता आ गई हो, उसमें शौर्य, माहस और रूप कहाँ ठहर सकते हैं ! उस जाति को संसार के इतिहास में मिटा ही हुआ समाफिए !

यौवनकाल के जितने भय-विघ्न ऊपर बताए गए हैं, उनमें देन-दूबे अपने से बड़े लड़कों के साथ घूमना भी एक है । काल में जब से स्कूल में हॉकी-फुटबॉल खेलने की रीति निकली

## क्रियायोगवस्था

प्रातःकाल जागने पर बहुत लोग आसक्त से बिद्वानि  
अकड़ा करते हैं। इस समय रात-भर के विभाम के  
शरीर में बहुत बल आ जाता है। समझदार लड़के इस  
को अपनी उस दिन की पूँजी समझकर संसार-यात्रा  
के लिये निकलते हैं। जो लोग सुलझे ही के ईश्वर को स्मर  
साथ पुकारते हैं—

“लोकेना वैतन्ममवाधिदैव धीर्कांत विप्यो मयदाधयैव।  
प्रातःसमुत्थाय तत्र प्रियार्थं संसारयात्रामनुवर्तयिष्ये।”

पर इतनाग्य बालक प्रातःकाल के चथिक उजास और  
द्वेग में आकर अपने को संभाल नहीं सकते। वे अनेक प्रकार  
ज्याली दूषित चित्र देखने लगते हैं, और अपनी तबियत  
त खराब कर डालते हैं। ऐसे समय पर जननेन्द्रिय का  
भी तरह झूना, टटोलना वा उससे खिलवाड़ करना क्या  
नो अपने हाथों अपने नरम हृदय में छुरी धुमोना और  
गरम चाखे लहू में हाथ डुबो-डुबोकर क्रीड़ा करना है।  
को हरगिज-हरगिज ऐसे कठिन समय में इंद्रिय-प्रवर्तन  
चाहिए; क्योंकि ऐसा करते ही धर्म का रु  
और मन में फिर बड़ी बंचलता आ जाती है।  
गड़ करना पाप का सीधा द्वार है।  
पर अकेले सोने

... है कि

पानी में कोई कच्चा उमर का लड़का दूसरों से खिलवाड़ न करने पावे। एकांत में अपने से कम उमर के वा रूपवान् लड़के में भी कोई परदे की बात न छेड़नी चाहिए। ऐसा करने से कामा-तुर होने का भय रहता है, और उमसे लाम के बदले चलटी हानि होती है।

जिनकी पूर्ण अवस्था मही हुई है, उनके लिये विरोध सजना-धजना, कपड़े-लपेट, पान, एसेम वा छेले-भंगूठी और रिटबाँच से अपने को सँवारना काल के समान है। काशी, मथुरा, दिल्ली और लगनऊ में कितने ही सेठ, रईम और नवाब के लड़के दिन-भर के निठलंपन के बाद संझ को घर से घन-ठनकर बाग की मैर करने को निकलते हैं। वहाँ दो-चार तो पत्नी के गहने भी पहनते देखे गए हैं, और काशी वहाँ बड़ी रात तक तबायकों में मुझे सुनते हैं। जिस जाति वा देश के बालकों में इतनी मुकुमारता और बिलास-प्रियता आ गई हो, वयमे शौरे, मादम और पौरुष कहाँ ठहर सकते हैं ! उस जाति को संसार के इतिहास में भिटा ही हुआ समझिए !

घोषनकाश के कितने भय-विभ्र ऊपर बनाए गए हैं, उनमें दिन-रूब अपने में बड़े लड़कों के माँघ पूजना भी एक है। हाल में जब से स्कूल में डॉक्टर-गुटकोष्ठ मोलने की रीति निबली



है, उसमें उचित निरीक्षण करने से लाभ तो बहुत है; पर सौटर्ता घेर राह में आकारा लड़कों के साथ गाली-मतलब करते और बाँझ-धुरुट पीते घर आना बहुत भयंकर दिसलाता है। सैकड़ों बाँस लड़के पाप-कर्म का इसी तरह वीं लेते हैं।

कहीं भी अधिक निर्जन स्थान में रहना ऐसे लड़कों के लिये, जिनका चरित्र अभी नहीं बना है, बुरा होता है। बहुत काब तक समाज-संगत की देखादेखी और अपयश होने के डर से ही युवक आचार का पालन करते हैं। अकेला रहना माने वधेज से मुक्त रहना है, और इसीलिये ऐसी स्थिति में बिगड़ जाते हैं। जहाँ तक हो एकांत-वास न करना चाहिए

भोजन इत्यादि में बहुत मसालेदार तरकारियों, अचार, मुरब्बे और चटनियों तथा धी से तर हलवा, मालपुआ और मिठाई खाना पवित्र जीवन के विरुद्ध है। मेनका-नामक अप्सरा का उस वृत्त में, जहाँ में विरवामित्र अपने खाने के लिये खान का उस वृत्त में, जहाँ में विरवामित्र अपने खाने के लिये खान ले जाया करते थे, मकन्दन लपेटना और कुछ दिनों के बाद अपि का पतन होना एक शिक्षाप्रद कथा है। बहुत गरम अमीरी भोजन काना अपने शत्रु के हाथ में हमियार दे देना है। करना ही पुण्य है तथा काम-वासना को

समय पाकर यह संकेत भी अवश्य करना चाहिए कि हमें प्रकृति ने इच्छा-वासनायुक्त शरीर इसलिये नहीं दिया है कि सदा हम उससे लड़ने-भिड़ने ही में अपना सारा समय और बल लगा दें।

पूरी अवस्था होने पर ठाँव-कुठाँव और समय-कुसमय देखकर इच्छाओं के अनुकूल बलों में ही बुद्धिमत्ता और सुख की आशा हो सकती है। अबसर-अबसर पर सुख-भोग में प्रकृति और फिर निवृत्ति ईश्वरी नियम है। जो व्यक्ति सदा उपवास ही किया करता है या जन्म से मरण तक इंद्रियों का द्वार रुद्ध रखता है, उससे संसार का कोई हित नहीं हो सकता। उचित अवस्था आने पर उपयुक्त लड़की का लड़के से विवाह-बंधन और पारिवारिक जीवन का आनंद लेना प्रत्येक प्राणी का अधिकार है। हमें नवयुवकों को ऐसी शिक्षा देनी चाहिए कि जिसमें वे विवाह के बाद गार्हस्थ्य-जीवन के कर्तव्य का पालन कर सकें—युवावस्था आते ही उन्हें ऐसी चेतावनी देनी चाहिए कि जिसमें वे बल, बुद्धि, सुंदरता और व्यावहारिक ज्ञान इत्यादि से अपनी बहू को प्रसन्न रखने और उसका निर्वाह करने के योग्य बन सकें।

युवक को आचार-भ्रष्ट होने से रोकने के जितने साधन हैं,

उनमें यह विचार उद्य स्थान रखता है कि हमें थोड़े ही दिन बाद गृहस्थी चलानी है। साधु-कक्रीर होना यह नहीं है कि हम गॉजे-मॉंग से अपने शुक्र को सुखा देंगे या हस्त-भैयुन इत्यादि करके उसको खराब कर डालेंगे। यह शक्ति हमारे मार्ग में फाँटा नहीं है, जिसे उखाड़कर फेंक देने में हमारी बहादुरी है। इससे हमें संतानोत्पत्ति करनी है—सुंदर, सुखी और निरोग बच्चे, जो हमारे बुढ़ापे में हमारा सहारा होंगे, जिनके ऊपर अपना काम सौंपकर हम इस संसार से, जीवन सफल समझकर, प्रस्थान करेंगे।

जब मनुष्य अपने लड़कों को उचित सलाह दे चुके, तो उनके ऊपर विरवास रखे। उनसे बराबर संशंकित रहना या बहुत डोचना और छेड़ना अपनी कमचोरी दिसलाना है। जो शुद्ध भी तथा सुधार होता है, भीतर में होता है। बल-प्रयोग करके हम युवकों को सदाचारी नहीं बना सकते। लड़कों को डांटते और रोकने समय हमें अपनी सुशिक्षा का हमराय रखना चाहिए। क्या उन युवक के प्रति हमारा व्यवहार स्यादा होता था, जो हमारे ऊपर पूरा विरवास रखता था? जो मार्ग दिखाकर हमें अपने आप पर छोड़ देता था, उसी ओर हमारा और भी भट्ठा-बल्लि होनी थी। व्यवहारा पाकर मदर्शनों कृशानियों को आप ही दया देनी हैं। बालकों को

उनका हित-महित बतलाकर हट जाना और उन्हें पूरी स्वतंत्रता देना—इससे बढ़कर शिक्षक का कोई दूसरा महान् कार्य नहीं होता । बालक का जैसा सच्चा संस्कार होगा, वैसी ही उसकी गति होगी । यस, इसी पर हमको संतोष करना चाहिए । एक अँगरेज कवि ने क्या ही ठीक कहा है—

" We preach too much and dwell too long

On sin and sorrow and trouble.

We help them to live by the thought we give,

Their spite and might to rebel.

The earth is fair and its people are kind,

If we once look to their kindness.

If the world looks evil and its denizens bad,

It is our own souls' blindness.

If we think of the good that the world contains

And try our best to add to it,

The evil will die of neglect by and by;

It is the very best way to undo it."

---

## युवकों का रोगकष्ट

प्रत्येक नवयुवक को इस बात की सखर रहनी चाहिए कि उसका कौन-सा अंग जन्म से ही दुर्बल है। पिता को फेफड़े, मस्तिष्क, पेट या त्वचा का को-रोग हो तो उसे खूब सतर्क होना चाहिए कि यह रोग उसमें न उभरने पावे। इसके लिये खान-पान, रहन-सहन, उसे विशेष परदेखनी जरूरत होगी। इसी सिलसिले में उसे अपने मा-बाप से यह भी पूछना चाहिए कि कौन-से रोगों की प्रवृत्ति उसमें पहले से मौजूद है, इसलिये बातों का दूसरों पर नाम-मात्र का भी असर नहीं होता, से, संभव है, असहनीय पीड़ा उपस्थित हो सकती है। जिस-बाप के यों ही दम फटा हो, उसे भी

के साथ पीछा छुड़ाना चाहिए । कितने ही परिवार के लिये तरबूज, कटहल, अनानास, मुट्ठा इत्यादि विष का काम करते हैं । उस पर के किसी आदमी को एक क़ारा तरबूज या अनानास खिला दीजिए, और न् मुस्तार आयगा । यह उनके शरीर की घनाघट की विचित्रता है । यदि युवक एक-एक करके यज्ञ-पूर्वक अपने शरीर की सभी विविध प्रवृत्तियों को जान ले, तो उनके उत्पात से बचना सहज हो जाय— अपने शरीर के अनुकूल आहार-व्यवहार का ठीक-ठीक पता लग जाय और उसे बार-बार फट न उठाना हो । अपने शरीर की स्वाभाविक कमजोरियों को दबाना ही शिक्षा का मुख्य काम है, और जो कष्ट शिक्षा से दूर नहीं होता, उसके लिये चिकित्सा की जरूरत पड़ती है । स्वर्गीय डॉक्टर ईंदुमाधव मल्लिक एम्० ए०, एम्० डी० बी० एल० बहुधा विद्यार्थियों का इलाज किया करते थे; इसलिये उन्हें नवयुवकों की स्वास्थ्यविषयक प्रवृत्तियों का अच्छा ज्ञान हो गया था । कलकत्ता-युनिवर्सिटी-इंस्टिट्यूट ( Calcutta University Institute ) में भाषण करते समय एक मरतबे उन्होंने कहा भी था कि युवकों के स्वास्थ्य में गड़बड़ी बहुधा उन्हें उचित आहार न मिलनेके कारण पाई जाती है ।

यद्यपि कितने ही भारतीय युवकों की ऐसी दैतियत ही

नहीं होती कि अच्छा भोजन कर सकें, तथापि, गरीब क्या अमीर, बुराई साधारणतः लड़कों की अपेक्षा के कारण देखने में आती है। जो लड़के खाने-पीने सुराहाज हैं, वे अधिकतर मिठाई और अन्य घटपटी चीजों के ऊपर जान दिए रहते हैं। पर मिठाई ऐसी चीज नहीं, जिससे युवकों के शरीर में रुधिर बने या बत जाये। मिठाई में अधिक हिरसा पीनी और घी का होता है। ये दोनों पदार्थ शरीर में चपटना लाते हैं। इनमें शरीर में दृढ़ पेशी और हड्डियाँ नहीं बन सकती। लड़कों के बढ़ते हुए शरीर में रोटी, मकानन, दूध, दही, शाक और फल की उचित मात्रा में विशेष जरूरत होती है। लेकिन वे चीजें बहुत कम को मिलती हैं। बिगड़ी हुई रुबि के कारण हो या बेपरवाही से हो, बड़े लड़कों का मिठाई खाना केवल जिज्ञासा का स्वाद है। इतना ही नहीं, उनमें क्षान्ति भी होती है।

जब हम ऐसी चीजें खा सकते हैं, जिससे हमारे अंग में बल और मस्तिष्क में पुष्टि आवे, तो व्यर्थ ही किसी चीज में पेट भरना केवल मूर्खता है ! इसी तरह मामूली दैनिक्य के लड़के भी पछोड़ा, कपास और चाट इत्यादि खा-खाकर अपनी वाचन-शक्ति बिगाड़ लाते हैं। भूख रहना अच्छा ; पर इन पदार्थों से पेट भरना अच्छा नहीं।

स्वास्थ्य के लिये सबसे बढ़िया नियम तो यह है कि जब खाँसे, तो घर के भीतर पकी हुई ताजी रसोई। वस, यही हमारे लिये अमृत है, और सध बाजार की चीजें विष। पर इसका निषादना खरा कठिन है ; क्योंकि जब बीघ में भूख की व्याकुलता बढ़ती है, तब कुछ न खाना और केवल रसोई पर लौ लगाए रहना बड़े संयम का काम है।

ऐसे समय मुनके, पाव-आध पाव दूध, दो-चार छुदारे, पिनसजू, किशमिश, बादाम या एक-दो केले से काम चलाना चाहिए। जिन्हें यह भी न मिल सके, वे सुबह-साम भिगोए चने, दो-चार यतारो या शरबत ही ॥ भूख शांत कर सकते हैं ; पर जहाँ तक हो बाजार की मिठाई से पीछा छुड़ाना जरूरी है।

हमारे नवयुवकों में कुछ तो आहार की ओर से उदासीन होते हैं, कुछ ऐसे भी हैं, जिनके सामने जो कुछ आ जाय, वही खाते जायेंगे, तथा कभी तो आधे-पेट या खाली ही पेट रह-कर काम में डट जायेंगे, और कभी रूख अकड़कर खाते और सोते रहेंगे। इसका परिणाम भयानक होता है। सच पूछिए तो यही कारण है कि हम आज चारों ओर विशार्थियों को ग्लान-मुग्न और हीन-बाय देखते भी हैं।

नवयुवकों के स्वास्थ्य के विषय में दूसरी बात है उनके



व्यवहार में किसी क्रम का न होना । वे सब काम उटपटांग किया करते हैं । न उनके सोने का समय निश्चित है, न पाखाने जाने का, न घूमने का और न खाने का । ताश खेलते-खेलते वा राप लगाते हुए वे सारी रात जागते रहते हैं । सोते हैं, तो न शौच का समय देखते हैं, न स्नान का और न भोजन का ।

यह बिलकुल स्वाभाविक है । सयाने आदमी सालों के अभ्यास से अपना काम समय पर कर लेते हैं; पर लड़कों का अभ्यास डालते-डालते दिन लग ही जाते हैं । हॉ, होश सँभालने पर बेपरवाही करना ठीक नहीं । खाने, पीने, सोने और शौच करने का समय बाँधकर देखा जाय, तो मालूम हो कि शरीर भी पक्षी के कोंठे की पाल चलता है । यदि तुम ठीक समय पर सुबह ६½ बजे भोजन कर लेने का नियम कर लो, तो १५ दिन के बाद देखोगे कि ठीक उसी समय तुम्हें भूख लगती है । पारे फिर पक्षी में ६½ न बजे हों । स्वास्थ्य धनाए रखने के जितने उपाय हैं, उन सबको एक तरफ रखिए और समय पर काम करने को एक तरफ । लाभ बराबर रहेगा । जब तक शरीर अच्छा है, सभी तक चेतने का समय है । एक नव शरीर बहुत धराब हो जाता है, तो साध्य यत्र

ग्रीजिप, कुछ नहीं होता । इस अनुभव से लाभ उठाने का प्रपूर्व अवसर केवल नवयुवकों के हाथ में है । वास्तव में शरीर के बिगड़ने के कई कारण हैं । जैसे—दरिद्रता, उपयुक्त चिकित्सा-प्राप्ति का अभाव, स्कूल की हालत, बाल-विवाह, सामाजिक उतार-चढ़ाव, असमान उतार-चढ़ाव, उचित देख-रेख का अभाव, स्वास्थ्य-संबंधी नियमों की अज्ञता, पुरुष का पुरुष के साथ अस्वाभाविक प्रेम, बालक-बालिकाओं की साथ-साथ शिक्षा तथा सामाजिक व्यवहारों का अभाव आदि ।

छीर, यह सब कहने-सुनने की बातें हैं । लड़के अपने ही मन की करते हैं । फल यह होता है कि खाने-पीने के असंयम और कुव्यवस्था से छोटी ही उमर में उनके शरीर में बहुत-से रोग घर कर लेते हैं । कैसा ही बलिष्ठ शरीर क्यों न हो, १६-१७ वर्ष की अवस्था होते-होते सिर में बराबर दर्द, क्रब्ध, दिल की धड़कन, स्वप्न-दोष इत्यादि शिकायतें बीच-बीच में शुरू होने लगती हैं ।

दुःख की बात तो यह है कि लड़के अपने ज्येष्ठ भाई-बंधु वा माता-पिता को इसका हाल नहीं देते । चुरा-छिपाकर ये घर से रुपए ले जाते हैं, और विहापन पढ़कर धातु-पुष्टि की गोखियों इत्यादि मँगवाने लगते हैं । पर इससे

मन के मन में होने की होती है, और वह भी एक  
 वृद्ध होता है। जो विद्वान् जो इस बात-बिता को देखे  
 मर दबाना पड़ता है !

इस दुनिया की बीमारीयों में मृदु मन-मदन में ही कारण  
 होता है, इमरियन स्वाम्य के नियमों के अनुसरण करने  
 की दिव्यता मान्य करना कारी होगा। मानव इतिहास  
 इतिहासों का भाग न हो। तो अच्छा है। परंतु लोग के अनुसार  
 आचार, अनास, निद्रा और व्यायाम इत्यादि के विरोध हो  
 जाना होता पड़ती है। गुणों के वृद्धि के भी मकार इन  
 वृद्धियों में बड़ी अनसोच होती है। मन वृद्धि में ही  
 देकर इन भावों में इतनी ऊँच महापता मिल सकती है।  
 परंतु कोई ज्ञानदार, धीर-वचसाज और निर्भीकी वृद्ध का  
 मन को ही साथ दिखाना और बीच-बीच में हाथ-पंजरे  
 पड़ना अच्छा है। इतिहास में ही भाषा में और अति  
 समय का खेला देकर भाँड़े जावे, उनका ही साथ होगा।  
 अज्ञान में बसाकर हम बाल की चोरीया होती बर्हिता दि  
 रही नक में न हो रहित की भीनी दिवा आर-दी-आ  
 के हो जाय। इतिहासों के मर-हानि-ह मूल में बने लोग वृद्ध  
 इतिहास वृद्ध परंतु इतनी बड़ी-वृद्धियों का प्रभाव मन में पड़ने  
 होता है। इतनी बाल-मन-मन आर-दी-वृद्धियों

हा इस्तेमाल कम और मशयूरी दर्जे करते हैं। यह बात पकी है कि प्रायः दवाओं के अधिक गाने, और दम लोगों को दवाओं के भरोसे रहने से ही छोटा रोग भी पंचोदा, बढ़ा और असाध्य हो जाता है। यदि आखिरी दर्जे दवा लेनी ही हां, तो पहले किसी बहुत पढ़े-लिखे और रौक़ में होमियोपैथिक का इलाज करनेवाले के पास जाना चाहिए। इसमें काम न चलें, तो किसी यूनानी हकीम और पीछे किसी वैद्य का तुसला लेने में भय कम रहेगा। परंतु हमारा विश्वास तो यह है कि इस उमर में स्वास्थ्य की गड़बड़ी डॉक्टर के कहे अनुसार चलने से दूर हो जाती है।

ह्यों ही कोई पीड़ा हो, नवयुवक का धर्म है कि वह निडर होकर अपने गुरुजनों से सलाह ले, और उनके हाथ में अपने को निपुर्द कर दे। हाँ, इसमें परदेष्ट से भी बहुत सहायता मिल सकती है। पर होशियार डॉक्टरों की चिकित्सा के बिना रोग का जड़-मूल से जाना खरा कठिन है। यहाँ पर चिकित्सा से मतलब यह नहीं कि डॉक्टर हकीम के पास दौड़-दौड़कर जाया जाय, और खूब दवा का सेवन किया जाय। जिन दो-चार बातों, को मैं यहाँ नीचे लिखता हूँ, उन पर यदि ध्यान दिया जाय, तो स्वास्थ्य प्राप्त करना कुछ सहज हो जाय।

## किशोरावस्था

युवकों के लिये सचमें पुरी बीमारी रुग्ण का पै  
 का मारक नहीं रहना है। इसके दूर करने का एक-मात्र  
 उपाय व्यायाम है। माना, आपका शरीर दुर्बल है, और  
 आप कोई फठोर व्यायाम नहीं कर सकते; पर आपमें  
 सध मके, बड़ी कीजिए। आप दो ही चार हंड लगा  
 १-७ चार ही मुग्गर मोजिए, मड़क पर एक दौड़ ला  
 कीजिए या थोड़ी दूर धूम आइए; पर जो कुछ कीजिए  
 मुस्तैदी के साथ कीजिए, और उसे, शरीर में ज्यों-ज्यों बल  
 आता जाय, बढ़ाते जाइए। दूसरा उपाय है पाताने में समय  
 पर कम-से-कम दो बार जाना। इसमें आलस्य करना युवकों  
 के लिये महा पाप है। इस तरह थोड़ा-थोड़ा व्यायाम करना,  
 हमेशा पेट साफ रखना, खाने में शाक-भाजी का निरंतर व्यव-  
 हार रखना, मेवे में किशामिश मुनका, सूख बारीक पिताहुआ  
 बादाम, अंजीर, फलों में केले, नारंगी, बे बीज के अमरुद, सेब  
 ल तथा पपीता बहुतायत से खाना युवकों के लिये  
 अच्छा रहता है, और फिर किसी प्रकार कष्ट  
 ना। हँसी-दिल्ली में अधिक दया लेना वैसा ही मुं  
 है, जैसा फाँके या उपवास करना। मेरे खयाल से  
 यता या धर्म के नाम पर भी फाँक करना नवयुव  
 के अच्छा नहीं है। उनके लिये शर्मा

उसे पुष्टि न देना एक हलकी आत्महत्या है। आप देखेंगे कि फाँका करने के बाद स्वस्थ शरीर में मदैय कुछ-कुछ गढ़-बढ़ी आ जाती है। इसलिये नवयुवकों को व्रत न करना और सफर इत्यादि में भी खाने का प्रबंध रखना उचित है। दूध या पुग्ग के मोरे भोजन न करना तो और भी बुरा है। नव-युवकों को नियम कर लेना चाहिए कि लड़ाई-भिड़ाई, सफर, श्रम आदि में भी खाने में पुष्टि न पड़ने पाये। मघ काम बंद हो, खाना न बंद हो। यह अनुभव किया गया है कि रोग की मुख्य जड़ निर्बलता है, और शरीर में भोजन न मिलने पर निर्बलता आ जाना निश्चय है। यहाँ तक कि इस प्रकार मन और चरित्र की भी निर्बलता आधा-बेट खानेवालों को ही सताती है।

बहर इत्यादि के बाद या किसी प्रकार की दुर्बलता में उस्ताद के मोरे एकाएक कोई बोझ उठा लेना, या कोई शारीरिक परिश्रम कर -  
के लिये बड़ा बुरा होता है -  
के लिये बेगी -

हृदयपिड, दोनों  
की युवक जन्म-मर  
का फल है, जो  
इससे सदा सतर्क

दौड़ने कूदने या

परिश्रम करने से शरीर की रगों को बहुत घका पहुँचता है, और आदमी बेकाम हो जाता है—विशेष कर कुलीन जातियों में, जिनके यहाँ हाथ से मिहनत करने की परिपाटी पुरानों के समय ही से छूट गई है, शरीर कुछ सुकुमार पड़ गया है। ऐसे परिवारों के लड़कों को क्षणिक उत्साह में आकर अधिक धाम में घूमना, थोका होना या लगातार ८-१० घंटे शारीरिक परिश्रम करना बड़ा भयानक फल दिखलाता है।

नवपुत्रों से, जहाँ तक बच पड़े, यदि निम्न-तिथि पदार्थों से परहेज हो सके, तो स्वास्थ्य की रक्षा करना बहुत आसान हो जाय। जैसे भोग, गरम मसाले, अदरक, अचार, बीड़ी, रगटाई, लहसुन, प्याज, अंडे, रोस्ट मछली, मिरका, बीड़ी-घुट्ट, तंबाकू, सुपारी, रात के समय का दही, गुड़ या चीनी, चटनी, मालपुष, मिठाई इत्यादि।

इसके अतिरिक्त स्वप्न दोष में बचने की बर्षा अन्यत्र की गई है। आशा है, उसके तत्त्व पर विचार करने से धोखा-बहुत सटारा मिलेगा। मेरा तो पगवर यही मिश्रांत रहा है कि घर में आग लगने पर कुम्भों मोड़ने में अच्छा है कि परतें हो में कुम्भों मोड़ रखने।

घन में यह विचारने की बात है कि अब पीछे से मिथारियों को एक स्थान में दूसरे स्थान से आने और उनके बंधितार बंधने





भ्रमल करते हैं ; जिन्हें उन्होंने पहले से अपने लिये हि  
कर और उपयुक्त समझकर अपने लिये लाजिमी तय क  
रफवा है ।

---

## युवकों का धार्मिक विचार

कहने में आता है कि आजकल नवयुवकों में धार्मिक अविरवास बहुत बढ़ गया है—जिससे मिलिए, वही शून्य-बादी निकलता है; इससे उनके सुख-स्वास्थ्य में बड़े बिज्ज आते हैं। पर वह बात नहीं है। अब भी कदाचित् ही कोई ऐसा युवा पुरुष हो, जो नित्य के व्यवहार में अपने अनुभवों से घबराकर कभी-कभी "अट्ट" को न पुकारता हो—  
"असतो मा सद्गमय तमसो मा ज्योतिर्गमय" अर्थात् हे भग-  
वन् ! मुझे मूढ़ से सच की ओर ले चल, अंधकार से ज्योति  
में ले जा ।

यदि पूछिए कि यह क्यों, तो कहना पड़ेगा कि हम आदमी की ओर बार-बार मनुष्य का ध्यान जाने का कारण उसके शरीर और मन का संगठन है। वह स्वभाव से अमीम, अनन्य और अपरिमेय उन्नति-पथ की ओर जाता है। उसका हृदय सदा अतृप्त रहता है। उसकी मनोशक्तियाँ अप्रतिहत विकास प्राप्ति

करना चाहते हैं। इस संसार के भोग-विलास और सज-धज सब पीछे रह जाते हैं, सकल मुख-सामग्रियाँ ओढ़ा पड़ जाती हैं। मनुष्य उनसे ऊँच उठता है।

महात्मा टॉमस० ए० केंपिस की भी ऐसी ही धारणा है—

"Let nothing seem great, nothing precious and wonderful, nothing worthy of estimation, nothing high, nothing truly commendable and to be desired, but that alone which is eternal

*Thomas & Kempi.*

अर्थात् किसी वस्तु को बड़ी, बहुमूल्य या आश्चर्यजनक न मानो, किसी को आदरयोग्य, अष्ट या वास्तव में सराहनीय न जानो, निम्न ऐसे पदार्थ के जो अक्षय, अविनाशी और अनन्त है।

भला मनुष्य की। जिस जाति के ऐसे कठिन संकल्प हैं, ऐसी उच्च कोटि की आवश्यकताएँ हुआ करती हैं, उनका संतुष्ट होना क्या मेल है? क्या उनकी लुधा साधारण उपायों से निवृत्त हो सकती है? हम तो अपने प्राचीन शास्त्रकारों की का निदान भजना जानते हैं—

"तं दुर्दशायामनुप्रविष्टं शुद्धाहितं गह्वरेष्टं पुराणम्।  
अथान्तर्यामिणमिदं देवं मन्वा भाते दुर्दशोऽपि जयति॥"

[ मुण्डक उपनिषद् ]

अर्थात् जब मनीषी पुरुष अपने चित्त को स्थिर करके ईश्वर को पहचानता है, और उनका—ऐसे परमात्मा का, जिसका सृज में पता नहीं चलता, पर जो सर्वत्र विद्यमान है, जो घट-घट में वास करता है, और जो पुण्य पुरुष है—आश्रय लेता है, तब वह डर और शोक के परे हो जाता है, और शान्ति लाभ कर सकता है।

इस विचार में कुछ व्यक्तिगत दुराम्भ नहीं है। पृथिवी पर जितनी जातियाँ हैं या इतिहास में जिन-जिन युगों का वर्णन है, उनमें से कोई भी ऐसा नहीं पाया जाता, जिसका धार्मिक समान ईश्वर के संबंध में कुछ ऐसे ही विचार नहीं रखे हो, या न रखता हो।

सब गुणों का कलाप; सब दुर्लभ वस्तुओं का भंडार, सब आशाओं का केंद्र, सब उन्नति की चरम सीमा, अगत् का आधार परमात्मा है, चाहे हम उसे पुरुष-स्वरूप मानें या सुभाते के लिये केवल पूर्वोक्त अनुपम गुणों का निधान समझें।

महारमा टॉमस० ए० केंपिस का यह वचन कैसा ललित एवं उपदेशाप्रद है—

"Grant me, O most sweet and loving Lord!  
to rest in thee above all health and beauty,  
all glory and honour, above all power

and dignity, above all knowledge and subtlety, above all riches and arts, above all joy and gladness, above all fame and praise, above all sweetness and comfort, above all hope and praise, above all desert and desire."

( *Thomas a Kempis.* )

अर्थात् हे प्रभो ! तू मुझे अपनी शरण में ले; क्योंकि मैं तुम्हें स्वास्थ्य और सौंदर्य से, गौरव और प्रतिष्ठा से, शक्ति और महिमा से, ज्ञान और चतुराई से, संपत्ति और कला : श्रम और आनन्द से, धन और प्रशंसा से, सुख और आश्चर्य से, धीरता और भरोसा से एवं इच्छा और कामन अधिक चाहता हूँ ।

इन वाक्यों को उद्धृत करने से मेरा तात्पर्य यह दिखलाने का नहीं है कि संसार के इन अनमोल वस्तुओं को तुच्छ जानकर और लात मारकर राम-राम रटने ही से कोई भक्त शिरोमणि हो जाता है या हो सकता है, किन्तु आराधना यह है कि मनुष्य को इन सब सामानों के होते हुए भी कुछ लालसा यात्री रहती है ।

बहुधा असंयम के कारण इन विषयों में भटककर मनुष्य और भी पंचल होकर परमार्थ से—जो शांति और परमानन्द

ताम करता है—भट्ट हो जाता है। उस समय मनुष्य अपने  
 से इन भोगों से हटा लेता है, और बहुत कुछ सँभलना चाहता  
 है; पर सब कुछ होने पर भी कुछ विषयों की दृष्टि वा हवस  
 लीप्त नहीं जाता। उसके लिये भी शास्त्रकार ने कहा है—

“रसवर्जं रसोऽप्यस्य, पर दृष्ट्वा निवर्तते”

अर्थात् विषय-भोगों की ओर से मन सब ही उचाट  
 होता है, जब मनुष्य का भगवान् से साक्षात् होता है अर्थात्  
 जब मनुष्य विषय-भोगों के परे भी अपनी दृष्टि सौझता है,  
 और उनसे भी अधिक प्रिय और मनोहर वस्तु की खोज में  
 निकलता है।

इस प्रकार मनुष्य की आत्मा का विकास और स्वभाव  
 का उत्कर्ष ईश्वर को निज लक्ष्य बनाने ही से सिद्ध होता है।

पीच-पीच में जब वह अपने सप्टिक और गंभीर  
 अवस्थाओं में स्थिर किए हुए प्रणों से स्खलित होता है,  
 जब उसे पाप और पुण्य, धर्म और अधर्म में अंतर मालूम  
 होने लगता है, जब उसके हृदय-पटल पर यह अनुभव दृढ़  
 रूप से सम आता है—

“न संतलिङ्गते न समुरममगे, न विवरं पथिनानं पवित्रम् ।

न विजांति सो अगतपदेतो, संतंदितो मुञ्चये पापकम्मा ।” ( पम्मपद )

अर्थात् . पाताल, गिरि, गह्वर में जहाँ जाइय, कहीं

भी पाप के दंड से छुटकारा नहीं है; उससे सदा विमुक्त ही रहना चाहिए—तब धर्म का अनुराग ही आत्मसुधार में उसका सहायक होता है। धर्म की उत्तेजना के आगे ही उसे सब अनुचित क्रियाएँ फीकी मालूम होने लगती हैं। धर्म के उच्छ्वास के सम्मुख और सब सुख-भोग मंद पड़ जाते हैं। भगवद्भक्ति की लहर की तुलना में इंद्रिय-भूठी ठहरती है। क्यों न हो, हमारे भक्त-चूड़ामणि तुलदास ने भी इसी मर्म का एक भजन कहा है—

नाहिन चरण-रात, ताहि ते सहो विपति  
 कहत भुति सकल, सुनि मति धीर ।  
 वसै जो शशि-उद्वेग, सुधास्वादित कुरंग  
 ताहि को भ्रम नराख, रबिठर नार ।  
 सुनिय नाना पुराण, मिटत नहि अज्ञान  
 पड़िय ने समुक्ति, जिमि खग कीर ।  
 बूझत विनीद पास, सेमर सुमन-बास  
 करत भरत तइ, फल विनु हीर ।  
 तुलसिदास मोहन, परम कहुणा-कोत  
 प्रभु ईमहि, विषम भव-भोर ।

अर्थात् भगवान् के चरण-कमलों में हमें प्रीति नहीं है; हम अनेक विपत्तियों सहते हैं। यही सब शास्त्रों की

तिर्थार मुनियों का कहना है। जो हरिण चंद्रमा की गोद में  
 गम करता हुआ अमृत का स्वाद लेता है, उसे क्या मृग-  
 दृष्टि देखकर भ्रम हो सकता है? अनेक पुराणों के पढ़ने  
 और सुनने पर भी अज्ञान न मिटने का क्या हंतु है? वे  
 वहीं तोतों की भाँति हैं, जो सारविहीन सेमर के पुष्प  
 को चोंच में कतरते हैं, और निराश होते हैं। इसलिये  
 कृपालु भगवान् को पुकारकर गोस्वामी तुलसीदासजी संसार  
 के मगड़ों में निस्तार देने की प्रार्थना करते हैं।

इन्हीं कारणों से यह उचित जान पड़ता है कि कुछ भक्ति-  
 रस के छंदों और भजनों का समग्र धार्मिक जीवन के लिये  
 सर्वथा उपयोगी और लाभदायक होगा। उनका समय-समय  
 पर पाठ करना तथा लयस्वर के साथ गाना मंत्रों कुवासनाओं  
 और दुर्चिन्ताओं के भूत को दूर भगाना है। जब ही प्रलोभन  
 का सामना हो, तब ही स्वर से एक-न-एक भजन छेड़ देना  
 चाहिए। कोई सप्ताह वा दिवस ऐसा न जाने पावे, जब इस  
 की गृहस्था दूटने का भय हो; क्योंकि असाधधानी देखकर  
 फिर से मोह और पाप के विशाच सिर पर सवार हो  
 जायेंगे।

चित्त-शुद्धि के निमित्त भगवद्भजन और उपासना का  
 चार न दूटने पावेगा, तो आजकल के अनुभवहीन, चपल-



प्रकृति नवयुवकों का बहुत-सा समय, बल, पौरुष, तेज और साहस छय होने से बच जायगा। कुमारी में वे भूते-भी नहीं पढ़ेंगे। आत्मोन्नति और स्वाध्याय में उन्हें कभी विचलन नहीं पड़ेगा। वे समाज में अपनी विद्या, बुद्धि, संपत्ति और स्थिति में उत्तरोत्तर वृद्धि करने के अवसर कभी न खोवेंगे। उन्हें कभी किसी प्रकार का पछतावा न होगा। उनके चरित्र की दृढता और अनूठेपन के ऊपर अनुर्विक्त धन्य-धन्य की ध्वनि उठेगी। उनके ब्याहरण में इस अवनीतक पर भी शक्ति-गुण में स्वर्गीय मन्त्रक दिखलाई देगी और लोग मनुष्यों को देखकर उनके बिघाटा तक का स्मरण करेंगे।

---

## बड़ों का कर्तव्य

अब के लोगों को दूसरों से भाड़े पर अपना काम निकालना खूब आता है। अपना कारबार गुमारवे-मुनीम पर, मंदिर की पूजा और अर्चन पूजारियों पर, बालक-बालिकाओं की शिक्षा थोड़ा-सा बेतन पानेवाले शिक्षकों पर ढालकर वे निरिंचित सोया करते हैं। गर्व के साथ वे कहते भी हैं कि हम स्वयं अपना काम नहीं देखते, इसलिये क्या हमारा काम रुक रहता है ?

उधर शिक्षक सोचते हैं कि अभिभावक अपने विद्यार्थी की छास-छास बातों की देख-रेख करते हैं, और उधर अभिभावक यह समझे बैठे हैं कि बालक एक योग्य एवं विद्वान् शिक्षक की देख-रेख में है, इसलिये उसकी देख-रेख की जरूरत नहीं है। इसी झगड़े में बालक हाथ से निकल जाता है।

किंतु उनकी ज़ांसे उस समय खुलती हैं, जब वे देखते हैं

प्रकृत नवयुवका का बहुत-सा समय, बल, पौरुष, ते-  
 और साहस क्षय होने से बच जायगा । कुमार्ग में वे भूते-से  
 भी नहीं पड़ेंगे । आत्मोज्ज्वल और स्वाभ्यास में उन्हें कभी वि-  
 नष्ट नहीं पड़ेगा । वे समाज में अपनी विद्या, बुद्धि, संपत्ति और  
 स्थिति में उत्तरोत्तर वृद्धि करने के अवसर कभी न खोवेंगे ।  
 उन्हें कभी किसी प्रकार का पछतावा न होगा । उनके चरित्र  
 की उत्तमता और अनूठेपन के ऊपर चतुर्दिक घन्य-घन्य की  
 ध्वनि उठेगी । उनके उदाहरण से इस अवनीतल पर भी  
 शील-गुण में स्वर्गीय मूलक दिखलाई देगी और लोग मनुष्यों  
 को देखकर उनके विघाता तक का स्मरण करेंगे ।

## बड़ों का कर्तव्य

अब के लोगों को दूसरों से भाड़े पर अपना काम निकालना खूब आता है। अपना कारबार गुमारवे-मुनीम पर, मंदिर की पूजा और अर्चन पूजारियों पर, बालक-बालिकाओं की शिक्षा थोड़ा-सा बेतन पानेवाले शिक्षकों पर ढालकर वे निरिपत सोया करते हैं। गर्व के साथ वे कहते भी हैं कि हम स्वयं अपना काम नहीं देखते, इसलिये क्या हमारा काम रुक रहता है ?

उपर शिक्षक सोचते हैं कि अभिभावक अपने विद्यार्थी की खास-खास बातों की देख-रेख करते हैं, और इधर अभिभावक यह समझ बैठे हैं कि बालक एक योग्य एवं विद्वान् शिक्षक की देख-रेख में है, इसलिये उसकी देख-रेख की जरूरत नहीं है। इसी मगड़े में बालक हाथ से निकल जाता है।

किंतु उनकी आँखें उस समय खुलती हैं, जब वे देखते हैं

कि. वे चाहे किन्ने ही मरण ग्रहण करें, और चाहे इमने उनके सकुके मापन मने ही क्यों न हो जायें; पर वे अपने सपन-वाले नही बन मचने, उनमें मभीरता और धर्मिकता नही आ मचनी, एक पवित्र आदर्श को लेकर वे अपनी दिनचर्या नही बना मचने ।

ऐसी स्थिति में उनका ध्यांग जो अङ्गुष्ठ पड़ती है, उससे उन्हें उस समय तक निस्तार नही मिलता, जब तक वे अपने काम में स्वयं आर हाथ नही लगाते । अपनी संतान को आप भला-बुरा नही बनाना चाहते, तो दूसरों को क्या चिन्ता पड़ी है । इसमें दूसरों की शरण लेने से काम न चलेगा । दूसरे कुछ कह ही नहीं सकते ।

कितने ही संबंधी, मुहन्ले-टोलेवाले और अभ्यापक केवल संकेत करके रह जाते हैं—कुछ सुलकर नही कह पाते । कोई कहता है—“क्यों भाई ! तुम्हारा चेहरा सूखा क्यों जाता है ? पढ़ने में आजकल बहुत मिहनत तो नही पड़ती ?” कोई कहता है—“क्यों आजकल क्या, खाते हो ? रात को अधिक जागना होता है क्या, या किसी बात की तकलीफ है ?”

यह कोई नही कहता—“क्यों जी कुसंगति में तो नही पड़ गए ? कोई बुरा अभ्यास तो नही लग गया ? मन में पाप की बातें तो नही आते ? देखो, यह व्यसन ऐसा होता

है; इसमें ऐसा धोखा होता है। इसमें हम इस प्रकार पचे, और तुम भी इसी प्रकार पच सकते हो।”

किमर्था हिम्मत पड़ता है ? केवल अपना सगा पड़ा भाई, पचा या पाप बिना किसी निंदा या उत्पन्न के यह “गुप्त” ज़ावेरा कह डाले, मो कह डाले। दूसरे लोगों ने लड़कों से पूरा कुछ कहा नहीं कि अपवाद उठा।

सच है, दूसरों का कहा कुछ काम भी नहीं कर सकता। और, जैसा कई नवयुवकों ने मुझसे शतलाया भी है, मामूली आदमियों के मुँह से इन बातों की चर्चा सुनने से हलटे कमकाचित विगड़ जाता है।

एक अनुभवी लोगक का कथन है कि इस कार्य के लिये प्रथम तो माता-पिता अपनी संतान की हित-कामना से स्वयं पक्षांत में उन्हें उचित परामर्श दें, दूसरे परिवार के डॉक्टर या वैद्य चिकित्सा-शास्त्र के आधार पर उन्हें समझावें, तीसरे घर के आचार्य या पुरोहित नीति और धर्म के पक्ष में उन्हें उपदेश दें। युवावस्था में इन तीनों को मिलकर प्रत्येक नव-युवक की रक्षा का भरसक यत्न करना चाहिए।

इस प्रस्ताव में भी यदि संकोच हो, तो लड़कों के हाथ छपी हुई कथा-कहानी देकर संकेत किया जा सकता है।

हि वे चाहे कितने हो कष्ट सँभ करें, और चाहे इनमे उनके लड़के माघर भजे हो क्यों न हो जायें; पर वे अच्छे लड़के-वाले नहीं बन सकते, उनमें गंभीरता और धार्मिकता नहीं आ सकती, एक पाँच आदर्श को लेकर वे अपनी दिनपचाँ नहीं बना सकते ।

ऐसी स्थिति में उनके आगे जो आइचन पड़ती है, उससे उन्हें उस समय तक नित्य नही मिलता, जब तक वे अपने काम में स्वयं आप हाथ नहीं लगाते । अपनी संतान को आप भला-बुरा नहीं बताना चाहते, तो दूसरों को क्या बता पड़ी है । इसमें दूसरों की शरण लेने से काम न चलेगा । दूसरे कुछ कह ही नहीं सकते ।

कितने ही संबंधी, मुहल्ले-टोलेवाले और अभ्यापक केवल संकेत करके रह जाते हैं—कुछ खुलकर नहीं कह पाते । कोई कहता है—“क्यों भाई ! तुम्हारा चेहरा सूखा क्यों जाया है ! पढ़ने में आजकल बहुत मिहनत तो नहीं पड़ती ?” कोई कहता है—“क्यों आजकल क्या, खाते हो ? रात को अधिक जागता होता है क्या, या किसी बात की तकलीफ है ?”

यह कोई नहीं कहता—“क्यों जी कुसंगति में तो गी पड़ गए ? कोई बुरा अभ्यास तो नहीं लग गया ? मन में पाप की बातें तो नहीं लाते ? देखो, यह व्यसन देश होता

है; इसमें ऐसा योग्य होता है। इसमें हम इस प्रकार बचे, और तुम भी इसी प्रकार बच सकते हो।”

किम्हीं हिम्मत पड़ती है? केवल अपना सगा बड़ा भाई, बचा वा पाप बिना किसी निंदा वा उत्पन्न के यह “गुम” जदोरा कह डाले, तो कह डाले। दूसरे लोगों ने लड़कों से कहा कुछ कहा नहीं कि अपवाद उठा।

सच है, दूसरों का कहा कुछ काम भी नहीं कर सकता। और, जैसा कई नवयुवकों ने मुझसे शतलाया भी है, मामूली आदमियों के मुँह से इन बातों की बर्चा सुनने से चलते नसका चित्त बिगड़ जाता है।

एक अनुभव की लेखक का कथन है कि इस कार्य के लिये प्रथम तो माता-पिता अपनी संतान की हित-कामना में स्वयं पर्याप्त में उन्हें उचित परामर्श दें, दूसरे परिवार के डॉक्टर वा वैद्य चिकित्सा-शास्त्र के आधार पर उन्हें समझावें, तीसरे घर के आचार्य वा पुरोहित नीति और धर्म के पक्ष में उन्हें उपदेश दें। युवावस्था में इन तीनों को मिलकर प्रत्येक नव-युवक की रक्षा का भरसक यत्न करना चाहिए।

इस प्रस्ताव में भी यदि संकोच हो, तो लड़कों के हाथ छपी हुई कथा-कहानी देकर संकेत किया जा सकता है।



कि वे चाहें कितने ही रूप रस करें, और चाहें इमने उनके लड़के माधुर भले हो क्यों न हो जायें; पर वे अच्छे लक्षण-वाले नहीं बन सकते, उनमें गंभीरता और धार्मिकता नहीं आ सकती, एक पवित्र आदर्श को लेकर वे अपनी दिनचर्या नहीं बना सकते ।

ऐसी स्थिति में उनके आगे जो अड़चन पड़ती है, उससे उन्हें उस समय तक निस्तार नहीं मिलता, जब तक वे अपने काम में स्वयं आप हाथ नहीं लगाते । अपनी संतान को आप भला-पुरा नहीं बनाना चाहते, तो दूसरों को क्या चिंता पड़ी है । इसमें दूसरों की शरण लेने से काम न चलेगा । दूसरे कुछ कह ही नहीं सकते ।

कितने ही संबंधी, मुहल्ले-दोलेवाले और अभ्यापक केवल संकेत करके रह जाते हैं—कुछ खुलकर नहीं कह पाते । कोई कहता है—“क्यों भाई ! तुम्हारा चेहरा सूखा क्यों जाता है ! पढ़ने में आजकल बहुत मिहनत तो नहीं पड़ती ?” कोई कहता है—“क्यों आजकल क्या, खाते हो ? रात को अधिक जागना होता है क्या, या किसी बात की तकलीफ है ?”

यह कोई नहीं कहता—“क्यों जी कुसंगति में तो नहीं पड़ गए ? कोई पुरा अभ्यास तो नहीं लग गया ? मन में पाप की बातें तो नहीं लाते ? देखो, यह व्यवसन ऐसा होता

बारों और सड़कदा रहे थे। आज उनमें से एक भी नहीं है।  
 बिपर जाता हूँ, सूखी पत्तियाँ मड़मड़ाती मिलती हैं। उनके  
 जिलाने में मैंने अपनी आधी छुट्टी गँवा दी थी। जानता,  
 वो कभी वतना परिश्रम न करता। दादा ! क्या यह उजड़ा  
 हुआ बाग आपको सुहावना मालूम होता है ?”

“यों ही भूषण बड़बड़ा रहा था। इधर चौदनी छिटक  
 आई थी, और सींचे हुए बाग की क्यारियों से हवा में नमी  
 फैल रही थी। उसी के साथ मेंहरी के फूलों में भीनी-भीनी  
 धामी-धामी मेंहक दौड़ने लगी। मैंने कहा—“भाई भूषण !  
 तुम क्या चाहते हो ? तुम्हारे कहने से क्या अतु भी न  
 बदले ? अब गेंदे-गुलशानकी का समय गया; सो, ये मेंहरी  
 के दिन आए।” भूषण ने कहा—“बाद ! मेंहरी भी कोई  
 फूल में फूल है।”

मैंने कहा—“इसे जाने दो। वह देखो, क्यारियों से  
 रजनीगंधा का हलका सौरभ उठ रहा है; बेला-मोंगरा शोर  
 कर रहे हैं; मादियों के पार बेचारा परदेसी गुलचीन अपनी  
 मिठास छोड़ रहा है।” भूषण ने कहा—“आप ग्रीष्मकाल  
 के फूल तो बहुत-से गिना गये, पर उसमें से किसी में रंग-  
 रूप भी है ?” मैं कुछ सोचने लगा। भूषण ने कड़ककर  
 कहा—“कहिण, हार मानते हैं।” मैंने कहा—“कैसे ?” भूषण

# मदन-दहन

( नवयुवकों के लिये एक कहानी )

कॉलेज बंद होने पर, गर्मी की छुट्टियों में, मैं अपने छोटे भाई के साथ घर आया। रेल में सो न सका था, इसलिये नहा-धोकर भोजन के उपरांत घर के भीतर ही दो-चार मित्रों से मिल-मिलाकर सो गया। जब जगा, शाम हो गई थी। बैठक से बारा में आया। पास ही मेंहदी की टट्टियों के बीच बगूरे पर आराम-कुर्सियाँ बिछी थी। उनमें से एक पर लेट गया।

छोटा भाई भूषण भी कहीं से घूमता-फिरता आ पहुँचा। उसके चेहरे पर उदासी देखकर मैंने पूछा—“बात क्या है ?” वह बहुत दुःखित हो कहने लगा—“आप सुबह से आरुढ़ हैं। कुछ देखा भी है। बारा की क्या दुर्दशा है ! हम लोग अब किसमस की छुट्टियों में आए थे, वो इसी में कितने प्रकार के क्रूर किसेबमम क्रोटन, गेंदे, गुलदाउदी, गुलाब, जटामासी

पाँच और लड़कियाँ रहे थे। आज उनमें से एक भी नहीं है।  
त्रिपर जाता हूँ, सुग्री पत्तियों खड़खड़ाती मिसली हैं। उनके  
जिताने में मैंने अपनी आधी छुट्टी गँवा दी थी। जानता,  
तो कर्मा उठना परिश्रम न करता। दादा ! क्या यह उजड़ा  
पुष्पा पाप आपको सुहावना मालूम होता है ?”

“यों ही भूषण बड़बड़ा रहा था। इधर चाँदनी छिटक  
पाई थी, और भीचे हुए बारा की क्यारियों से हवा में नमी  
फैल रही थी। उसी के साथ मेंहरी के फूलों में भीनी-भीनी  
धामी-धामी मेंहक दौड़ने लगी। मैंने कहा—“भाई भूषण !  
तुम क्या चाहते हो ? तुम्हारे कहने से क्या श्रुति भी न  
बढ़ते ? अब मेंहे-गुंलेशाउरी का समय गया; सो, ये मेंहरी  
के दिन आए।” भूषण ने कहा—“बाह ! मेंहरी भी कोई  
फूल में फूल है !”

मैंने कहा—“इसे जाने दो। वह देखो, क्यारियों से  
रजनीगंधा का हलका सौरभ उठ रहा है; बेला-मोंगरा शोर  
कर रहे हैं; झाड़ियों के पार बेचारा परदेसी गुलचीन अपनी  
मिठास छोड़ रहा है।” भूषण ने कहा—“आप प्रीत्यकाल  
के फूल तो बहुत-से गिना गए, पर उनमें से किसी में रंग-  
रूप भी है ?” मैं कुछ सोचने लगा। भूषण ने कड़ककर  
कहा—“कहिए, हार मानते हैं।” मैंने कहा—“कैसे ?” भूषण

बोला—“जब अपनी बारी आती है, तो ऐसे ही देर में समझने हैं। गरमी के फूलों में आप कोई शोभा और सुंदरता पाते हैं?” मैंने कहा—“शोभा और सुंदरता की जरूरत ही क्या है? इन दिनों जितने फूल होते हैं, उनके कलम लगाए जाते हैं। बीज स नहीं उगाए जाते। फिर सुंदरता और शोभा से क्या काम?” भूपण ने कहा—“आप कह क्या गयीं फूलों में रंग और सुंदरता न होने और पौधों के कलम लगाने से क्या मतलब? क्या बही मतलब है—कहीं का ईंट कहीं का रोड़ा इत्यादि?”

मैंने कहा—“बात सीधा है। प्रकृति में कोई चीज बेकार नहीं होती। जादे के फूलों में रंग मतलब से होते हैं। जब वह मतलब पूरा हो जाता है, रंग भी उड़ जाते हैं। गरमी के दिनों में फूल और सब्जियों के बढ़ने और फैलने में वह मतलब नहीं होता; इसीलिये फूलों पर रंग नहीं दियाई पड़ता—फूल बहुधा सादे होते हैं।”

भूपण ने कहा—“मतलब, फूलों पर रंग होने में क्या मतलब है।” मैंने कहा—“फूलों में कुछ नर होते हैं और कुछ मादा। जैसे फूल हुए वैसी ही उनमें गर्भ केसर होती है। जब तक दोनों प्रकार के फूलों की केसर और शहद का मेल नहीं होता, तब तक उनमें फल

नहीं लगता और अतः बीज भी नहीं पैदा हो सकता । कभी तो दोनों मेल के फूल एक दूसरे के निकट ही होने हैं और कभी दूर-दूर । उनको एक करने के लिये चींटियों, मक्खियों और तितलियों की जरूरत होती है । पर यदि फूलों पर रंग न हो, तो ये तितलियाँ या मधुमक्खियाँ उन पर बैठें ही नहीं । रंग को रोखी और भड़क से ही ये उनकी ओर खिंचती हैं, और तब भिन्न-भिन्न फूलों के पराग और मधु उनके द्वारा एक होते हैं, और इस प्रकार प्रकृति का काम चलता है ।”

भूषण ने कहा—“प्रकृति बड़े धोखे से काम लेती है । दिन में बेचारी मधुमक्खियों हजारों-लाखों फूलों के पराग हो-होकर यहाँ में यहाँ किया करती हैं । कभी-कभी काँटों में भिद जाती हैं, चिड़ियों का शिकार हो जाती हैं, कुछ नहीं तो इसमें अपनी छोटी-सी जिंदगी ही खो बैठती हैं ! इधर प्रकृति का मुक्त में काम चलता है । फूलों का रंग क्या है एक बड़ी माया है—उन सुदृ प्राणियों के लिये एक भ्रम-जाल है !”

मैंने कहा—“केवल इन्हीं प्राणियों की बात नहीं; संसार में जितने जीव हैं, सबसे प्रकृति इसी तरह अपना काम साधती है । सीधे-सीधे कोई किसी का काम नहीं करता ।

पोला—“जब अपनी बारी आती है, तो ऐसे ही दर में मग्न होते हैं। गरमी के फूलों में आप कोई शोभा और सुंदरता पाते हैं?” मैंने कहा—“शोभा और सुंदरता की वस्तुतः ही क्या है? इन दिनों जितने फूल होते हैं, उनके कलम लगाए जाते हैं, बीज म नहीं उगाए जाते। फिर सुंदरता और शोभा में क्या काम?” भूपण ने कहा—“आप कह क्या गए? कुंधों में रंग और सुंदरता न होने और बीधों के कलम लगाने में क्या मतलब? क्या बड़ी समस्या है—कड़ी का ईंट करी का रोड़ा इत्यादि?”

मैंने कहा—“बात सीधी है। प्रकृति में कोई चीज बेकार नहीं होती। जाड़े के फूलों में रंग मतलब में होते हैं। जब वह मनमग्न पूरा हो जाता है, रंग भी उड़ जाते हैं। गर्मी के दिनों में फूल और गरमी के बढ़ने और फैलने में बाध मतलब नहीं होता; इंगितिवे फूलों पर रंग नहीं दिखते पड़ता—फूल बढ़ा मादे होते हैं।”

भूपण ने कहा—“बनलाए, कुंधों पर रंग क्या मतलब है।” मैंने कहा—“कुंधों में है और कुंध मादा। अंग कुंध दूर बेगी केसर होती है। जब तक रोनों केसर और शहद का मेल नहीं होता

है। मयूर के तुमने पूछ कभी न देखी होगी; वह छोटी और सुस्त भी होती है। पर मयूर का पुच्छल और उसमें रंग-विरंगी हजारों आँखवाला पंख दो-दो हाथ लंबा होता है; उसके सिर का मुकुट भी बहुत सुधावना होता है।

वाच यह है कि पशु-पक्षियों में प्रायः नर मादा से अधिक सुंदर होता है। इसीसे नर मादा को रिक्ताता है। परंतु रिक्ताने के लिये और भी, सामान है—जैसे चिड़ियों का चढ़कना और गाना, मृग की नाभी की कस्तूरी और उसकी कोसों तक जानेवाली सुगंध, हिरने के सींग, सोंढ़ या शेर का पुरता ( Mane ) ; ये सब मादा के लुभाने के लिये हैं। चिड़ियों में जिस नर के पंख अधिक चटकीले होते हैं, वह पत्ने पक्षियों के बीच किसी हाल पर भी धिपा हो, वो मादा उसे हँदकर उसके पास जा बैठेगी। जिस बारहसींगे के सबसे अधिक खड्गदार सींग हैं, उसके पीछे मृगियों आप ही हो लेंगी। मछलियों में जिस नर के अधिक चमकदार पंख ( Fin ) हैं, उसे मादा मछलियों अवरय घेर लेंगी। जिस सोंढ़ के पुंछ भरे हुए हैं, वसी से गायें प्रमत्त रहेगी।

बहुत करके पशु-पक्षियों में नर का सुख मादा के रिक्ताने



आवश्यक कार्य, घर्म या कर्तव्य समझकर भी लोग उनका संपादन न करते ! विशेषकर एक ऐसा काम, जिस पर संसार का चलना निर्भर है, मनमौजी आदमियों की इच्छा पर नहीं छोड़ा जा सकता । इसीलिये प्रकृति पहले जीवों को रंग, रूप, गंध वा मधुर शब्द से लुभा लेती है; फिर उनसे काम घनाती है । यदि ऐसा न हो, तो अंडज, ऐंद्रज वा पिंडज—किसी की संतति चले ही नहीं !”

भूषण ने कहा—“मधुमक्खियों और तितलियों को लुभाकर उनसे काम लेने की बात तो समझ में आई । अब यह बताइए कि किस आकर्षण द्वारा प्रकृति दूसरे प्राणियों का संयोग करती है ।”

मैंने कहा—“यह कोई गुढ़ बात नहीं है । इसी मास तुमने कॉलेज के मैदान में नेमर ( शाकम्भी ) का इंच देखा होगा । पत्ती हलमें एक न थी; पर ऊँच से पौंटी तक बह भिड़ुरिए पत्तों में लड़ा हुआ था । उस पर मुँह की झुंड पुत्रपुत्रों बैठा करती थी । ध्यान से देखने, तो जान पड़ता कि उनमें नर के पौंटी होनी है, पूँछ के नीचे सात सात बूँदे होनी हैं, और फुड़कना भी बह बहुत है; पर मादा बिलकुल मारे पर की होती है—जगमें कोई रिलोना नहीं रहता । यही हाल नीलकंठ, परीदा और मयूर का

है। मयूरा के तुमने पूछ कभी न देखी होगी; वह छोटी और सुस्त भी होती है। पर मयूर का पुच्छल और उसमें रंग-विरंगी हज़ारों आँखवाला पंख दो-दो हाथ लंबा होता है; उसके सिर का मुकुट भी बहुत सुशोभना होता है।

वात यह है कि पशु-पक्षियों में प्रायः नर मादा से अधिक सुंदर होता है। इसीसे नर मादा को रिम्माना है। परंतु रिम्माने के लिये और भी, सामान है—जैसे चिड़ियों का चढ़कना और गाना, मृग की नाभी की कस्तूरी और उसकी कोसों तक जानेवाली सुगंध, हिरने के सींग, साँड़ का शेर का पुरता ( Mane ) ; ये सब मादा के लुभाने के लिये हैं। चिड़ियों में जिस नर के पंख अधिक चटकीले होते हैं, वह पत्ने पक्षियों के बीच किसी डाल पर भी छिपा हो, तो मादा उसे ढूँढ़कर उसके पास जा बैठेगी। जिस बारहसींगे के सबसे अधिक बड़बड़ार सींग हैं, उसके पीछे मृगियाँ आप ही हो लेंगी। मछलियों में जिस नर के अधिक बमकदार पंख ( Fin ) हैं, उसे मादा मछलियों अवरय घेर लेगी। जिस साँड़ के पुछे धरे हुए हैं, उसी से गार्ए प्रसन्न रहेगी।

बहुत करके पशु-पक्षियों में नर का सुख मादा के रिम्माने



भूषण ने कहा—“इससे तो सिद्ध है कि प्रेम-पाशा कैलाने में, जो सबसे आगे हैं तथा अपने लिये बहूँ बूढ़ने और उसे उखाड़ने में जो सधमे तेज हैं, वही सबसे अधिक बुद्धिमान और भाग्यशाली हैं; और जो इस काम में ढीले हैं, वे निरे मूर्ख और अभागे हैं; संसार में उनकी कोई गिनती ही नहीं।”

मैंने कहा—“जल्दी क्यों करते हो ? मैंने अभी एक पक्ष की बात कही है; खरा और सुनो।” भूषण चुप हो गया। मैं कहने लगा—“जीव-विज्ञान के आदि आचार्य डार्विन ( Darwin ) ने कामिक विचय ( Sexual selection ) नामक अपने सिद्धांत में इसी मत की पुष्टि की है। पर दूसरे विद्वानों ने, जिनके मुखिया वॉलेस ( Wallace ) थे, इसका बड़े जोर से खंडन किया है। वे कहते हैं—‘कामिक विचय प्राकृतिक विचय की एक शाखा है।’ इसका अर्थ यह हुआ कि संसार में मनुष्य सुंदर, स्वस्थ और चतुर स्त्री का पाणिग्रहण करने में सफल होने के ही कारण अपने गुणों की वृद्धि नहीं करता, बरन् साधारण रूप से अपने गुणों में उन्नति करने के कारण ऐसी कन्या के वरण में सफल होता है।

“इसी बात को दूसरी तरह से समझ सकते हो। तुम जानते हो कि जीव अपनी परिस्थिति पर विजय प्राप्त करके

विकास पाता है, अर्थात् जैसे स्थान पर उसका जन्म होता है, और जैसे देश, काल और समाज में उसका जीवन व्यतीत होता है, उसका स्वभाव वैसा ही रंग पकड़ता है। अब यह समझ लो कि मनुष्य के ऊपर उसके हृद्-गर्भ के जल-वायु, अन्न और संगति का इसलिये प्रभाव पड़ता है कि वह उनसे पलता है। ठीक इसी तरह वह उन स्त्रियों के वशीभूत होकर उन्नति करता है, जो उसके आस-पास होती हैं, और जिनको अपने वश में करने के लिये वह जी-जान से प्रयत्न करता है।

“पुराने वैज्ञानिकों का मत है कि पुरुष स्त्रियों से अधिक तगड़ा, स्वस्थ और जोशीला होता है; क्योंकि परिश्रम में सफलता के कारण उसके पुरुषों के शरीर में यह गुण आ गए थे। वर्तमान समय के वैज्ञानिकों का कथन है कि पुरुषों में रूप और रसिकता उनके पुरुषत्व के—अर्थात् उनके अधिक बरसाही और उद्योगी होने के—कारण देखने में आते हैं।

“नतीजा यह निकला कि प्रेम-व्यवहार और मिश्रंजन में कुशलता मनुष्य के विकास और उन्नति का प्रधान कारण नहीं है। वह गौण है। प्रधान कारण उसका पुरुषार्थ अथवा उद्योग है, जिससे वह क्रमशः थोड़ा-थोड़ा संपन्न होते हुए संपूर्णता प्राप्त करता है।”

भूषण ने रोककर पूछा—“गौण कारण का क्या तात्पर्य है ? मनुष्य के विकास के गौण कारण तो भगणित हैं ? जैसे और कारण हैं, वैसे ही क्या यह काम-चेष्टा भी है ?”

मैंने कहा—“नहीं, संसार में जो कुछ भी हो रहा है, उसके वो ही आधार हैं—कामिनी और कंचन । इन दोनों में बड़ी जबरदस्त शक्ति है । इन्हीं के प्रताप से जगत् बसा हुआ है । जिस दिन इनमें गड़बड़ी अधिक हो जायगी, प्रलय उपस्थित हो जायगा । बस, दुनिया दुनियादारी तक है । जीवन में जो कुछ स्वीचतान देखते हो, वह या तो पेट के लिये है, या औरत के लिये ।

“जब यह बात है, तो तुम समझ सकते हो कि पुरुषों का स्त्रियों के लिये, और स्त्रियों का पुरुषों के लिये कितना प्रयत्न आकर्षण होगा ! तुम्हें स्मरण होगा, अभी मैंने मधुमक्खियों के लिये फूलों के रंग और गंध के आकर्षण की चर्चा की थी । यदि यह आकर्षण न हो, तो मूछे से भी कोई मधुमक्खी या चींटी फूलों पर न आवे । यही बात स्त्री-पुरुष पर भी पड़ती है । रूप-लावण्य, कोमल व्यवहार और कमनीयता के कारण ही दोनों प्राणियों का समागम होता है तथा मनुष्य-योनि की परंपरा चलती है ।

“मधुमक्खियों और पुरुषों में भेद केवल इतना ही है कि जहाँ मधुमक्खियों को यह नहीं जान पड़ता कि वे क्या कर रही हैं—जहाँ वे आप-ही-आप फूलों की ओर खिंच जाती हैं तथा फूलों के गर्भाधान ( Fertilization ) का काम करने लगती हैं, वहाँ मनुष्य को—चाहे वह रूप-गुण से कितना ही धरीभूत क्यों न हो जायें—इतनी सुध-बुध रहती है कि हमें क्या करना चाहिए और हम क्या कर रहे हैं।

“छोटे जीवों में भीतर से एक संघ आवेग आता है, जिस-को उन्हें मानना ही पड़ता है। पर मनुष्य तर्क और बुद्धि से काम लेता है, और वह नियत और अनियत कर्म का ध्यान रखता है। मधुमक्खी के लिये एक खिले हुए गुलाब पर ल बैठना और उसके पास से उड़ती हुई निकल जाना अमंभव है—उस पर बिना चूक प्रकृति का जादू चल जाता है। पर सोच और विचार में काम लेनेवाले मनुष्य के लिये रूप-बौद्धि की भ्रांति से बच जाना अमंभव नहीं है। उसको गूब मालूम रहता है कि उसमें बेगार कराने के श्रिये प्रकृति ने गद् में करों-करों जात्र और चंद बिछाए हैं।

“इसलिये मनुष्य मोह में नहीं पड़ने। टॉप-टुटों का विचार त्याग कर वे पक्षपक विवाह-बंधन में नहीं पड़ जाते। मरदा भार के अपने ऊपर नहीं लेते हैं, जब वे दित में टार

लेते हैं कि संतानोत्पत्ति करके पितृ-ऋण से मुक्त होने का अथ समय आ गया, और हम इस काम के लिये पूर्ण-रूप समर्थ हो गए । विख्यात दार्शनिक रोपेनहोर ने इसी सूत्र पर विवाह के सिद्धांत की बड़ी गंभीर और सख्त व्याख्या की है, जो पढ़ने योग्य है ।”

भूषण—“छोटे जीवों और मनुष्यों में कोई और अंतर भी है ?”

मैं—“हाँ, छोटे जीवों का व्यवहार स्वाभाविक होता है । प्रकृति को उनसे जितना काम लेना होता है, उतना ही वह कलियों में मनहारी रंग और गंध दे देती है । इसलिये मर्यादा के भीतर ही वे जीव काम करते हैं—उसमें लिप्त होकर वे अपने को सहसा नष्ट नहीं कर बैठते । इसके प्रति-फल, मनुष्य-जैनि में स्त्री-पुरुष की परस्पर सहज और ईश्वर-प्रदत्त अनुरक्ति सीमा के भीतर नहीं रहती—उसमें दोनों ही व्यक्ति, हाव-भाव, शृंगार और बाहरी बनावट के द्वारा, आहुति डालकर बड़ा उपद्रव मचाते हैं ।

मनुष्य-समाज के भ्रष्ट होने और उसके दिन-दिन नीचे ही गिरने का यह बहुत बड़ा कारण है कि स्त्री-पुरुषों में स्वयं चरीत की हुई अविशय कामासक्ति (Abnormal sex-tendency) काम कर रही है । एक तो फरेला,



दूसरे पदा नीम । मनुष्य के शरीर में साधारण रीति से कामाग्नि कम नहीं है । वे एक दूसरे को देखते ही लुभा जाते हैं । उम पर यज्ञ-आभूषण, इत्र-फुलेल, चटक-मटक के मारे घुरी दशा रहती है ।

पुरुष जब जीविका की बिता किया करते हैं, स्त्रियों को अपने येश-भूषा का ही ध्यान रहता है । इससे स्त्रियों का तो काम बन जाता है, क्योंकि मजाल क्या कि पुरुष उनसे उदासीन रह जायें ! पर स्त्रियों के भड़कीले ग़ुमार के कारण पुरुष इतने कामांध और व्यसनी हो जाते हैं कि जो ३५ साल में मरनेवाले होते हैं, वे शीघ्र २५ ही साल में अपनी जीवन-कीला ममाप्त कर डालते हैं !

बंधित, पांघे और सुधारक बहुत धिक्काते हैं । कोई कहता है—आजन्म मछपारी रहना चाहिए । कोई कहता है—बाल-विवाह रोकना चाहिए । कुछ बने भी हैं, ओ बाप-विवाह की प्रशंसा करते हैं, तथा हमकी सुझिमानी अज्ञानता है । अमली घुराई को कोई नहीं देखता । श्री-पुरुष में जिनका स्वाभाविक मौदर्य है, वही बहुत है; इन पर सम्पत्ता और रनिक्ता के नाम रंग बढ़ाने की जरूरत नहीं ।

शरीर की चनाचट और हमारे आचरणानुसार जिनकी मूख लगती है, मनुष्य उनका ही आहार करके पुष्टि और

स्वास्थ्य लाभ करता है। पर नमक सुलेमानी का दिन-रात सेवन करके यदि वह अपनी घुघा पहले से पचगुनी बढ़ा भी ले, तो क्या वह उसके लिये कल्याणकर होगी ?”

भूपण ने कहा—“भाई सादब ! यह सब तो हुआ, पर आज आपने मोंग तो नहीं खाई है, जो आपने विवाह संस्कारादि सबका खंडन कर डाला—भौरे, तितलियों और मक्खियों के दृष्टांत लेकर प्रेम, रसिकता, भावुकता सबको निरी घोंसे की दृष्टि बतला गए ?

“यदि आपका कहना सच है, तो मनुष्य अपनी इच्छा के विरुद्ध ही श्री का पाणि-ग्रहण करता है। प्रकृति के छल में आकर गृहस्थी में प्रवेश करता है। हम सब लोगों ने दैव-संयोग से संसार में जन्म लिया है। विवाह करना निवार्य है। मनुष्य प्रकृति के प्रपंच का पता पाकर उससे अपना पीछा छुड़ा सकता है। कहिए, मैं आपका आशय ठीक-ठीक समझ रहा हूँ या नहीं।”

मैंने कहा—“सुनो, तुम निरे लड़के हो। इसीलिये ऐसी बातें करते हो। तुम्हारी एक बात का जवाब देता हूँ। बस, तुम्हारे सब संदेह दूर हो जायेंगे।

“मनुष्य के लिये विवाह करना अनिवार्य है और नहीं भी है। मनुष्य के शरीर में दो क्रियाएँ होती रहती हैं—एक

वृद्धि की ( Anabolic ), दूसरी चय की ( Katabolic ) । जब तक मनुष्य के शरीर की पुष्टि होती जाती है, तब तक इन दोनों क्रियाओं का योगफल वृद्धि ( Anabolism ) की ओर झुकता रहता है । इसके विपरीत, जब शरीर धीजने लगता है, तो उसमें इन दोनों क्रियाओं का योगफल चय ( Katabolism ) की ओर झुकता रहता है । मनुष्य के जीवन में एक ऐसा समय आता है, जब शरीर का पोषण हो चुकता है, और उसकी वृद्धि बिल्कुल शिथिल हो जाती है । वस, यह वही समय है, जब कि संतानोत्पत्ति की ओर अप्रसर होना चाहिए ।

“प्रकृति के हरएक विभाग में यही सामंजस देखने में आता है । वृक्ष तथा वनस्पति पहले खूब फैलते और हरे-मरे होते हैं; फिर ज्यों ही उनका बढ़ना बंद हुआ कि उनमें फूल आने लगते हैं, और भविष्यत् में उनका अस्तित्व बनाए रखने का प्रबंध शुरू हो जाता है । इसमें दो बातें आती हैं—पहले अस्तित्व और व्यक्तिगत वृद्धि; फिर जब जीवन की अवधि पूरी होने को हुई, तो आगे अपनी जाति का नाम-निशान कायम रखने का सामान । ये दोनों काम एक साथ नहीं होते । सिलसिले से एक के बाद दूसरा देखने में आता है । यह भी निर्विवाद है कि अपनी वृद्धि और वृद्धि

(Nutritive and vegetative function) तथा संतान की उत्पत्ति और प्रजा की वृद्धि ( Multiplying reproductive function ) के कार्य एक दूसरे के विलकुल प्रतिकूल हैं ।

"हम यह भी कह सकते हैं कि इन दोनों कामों में बैर (Antithesis) है । वृष्टों में फूल खाने का एक समय होता है, पत्तियों के फैलने का दूसरा । जब फूल खाने लगते हैं, पत्तियाँ पीली पड़ने लगती हैं । बारहमासी वृष्टों में भी उनके लिये अलग-अलग समय होता है । बार के जो वृक्ष केवल हरियाली के लिये लगाए जाते हैं, उनमें अच्छी खाद के साथ-साथ पूरी सिंचाई होती रहती है, और यदि फूल दिखलाई देने लगते हैं, तो उन्हें चीन-चीनकर माली मूट तोड़ डालता है । इसके विपरीत, फूलवाले वृष्टों में ऐसी खाद छोड़ते ही नहीं कि उनमें पत्तियाँ फैलें । जो पत्तियाँ आप-ही-आप पगती हैं, उन्हें भी माली तराश डालता है ।

"अभिप्राय यह है कि जो रस व्यर्थ डाल और पत्तियों में सूखता है, उससे भी फल ही की फसल बढ़ती है । ठीक इसी तरह संतानोत्पत्ति का मार्ग रोक देने से जीव का सारा अंग पुष्ट होने लगता है । पर कब तक ? यस सभी तक, जब तक जीव के शरीर का विकास उसकी जाति के शरीर के विकास की चरम सीमा तक नहीं पहुँच जाता ।

"यस, इसी दर तक हम कह सकते हैं कि विवाह और गर्भाधान की क्रिया निवार्य है अर्थात् इससे मुख मोड़कर भी मनुष्य स्वस्थ, प्रसन्न और क्रियावान् रह सकता है—उतना ही नहीं जितना वह विवाह और गृहस्थी में पड़ने पर हो सकता था, बल्कि उससे भी बढ़कर। यदि ऐसा न होता, तो संयम करने का कोई महात्म्य ही नहीं था। पर जब किसी व्यक्ति ने औसत रूप से अपने लिये बल, बुद्धि और विद्या उपार्जन कर ली है, तब उसके परचात् संयम करने में लाभ के स्थान में कदाचित् हानि ही देखने में आवेगी और वह सब प्रकार के भय और उदासीनता से गिरा रहेगा।

"मैं तुम्हें एक कवि की शक्ति में एक गूढ़ वैज्ञानिक सिद्धांत परिचय कराता हूँ। किसी ने कहा है—फला-फूला, सो का घुसाना। संसार में स्थावर, जंगम जितने भी जीव देखते हो। सबकी एक दिन मृत्यु निश्चय है। गोपटे (Goette) महाराज सो कहते हैं कि जिस दिन से वृष-वनस्पति में फूल और पत्तों आने लगते हैं, और दूसरे जीव बच्चे पैदा करने लगते उसी दिन से उनकी मृत्यु आरंभ हो जाती है। पतंगे, तिलानियाँ, टिड्डियाँ और दूसरे चणमंगुर तो बड़े देने के बाद ही मर जाते हैं। इस से उनमें इतनी हाररत आती है कि न केवल

बल्कि नर भी मर मिटता है। नर में क्षय की वृत्ति ( Katabolic tendency ) पहले से ही रहती है; जोड़ खाने के बाद ही उसका दम निकल जाता है। बाज केकड़ों और मकड़ों का भी यही हाल होता है।

“तुमने पुराने घरों में प्रायः जाले के ऊपर मेरे मकड़ों को देगा हुआ देखा होगा। मेरे विचार में तो थड़े-बड़े दीवानखाने और बैठकों में भी एक-दो ऐसे मकड़े हों, जो हज़ारों रुपए के तैल-चित्रों ( Oil paintings ) से बढ़कर ज्ञान और शिक्षा दें और इस बात को सदा के लिये हमारे चित्त पर अंकित कर दें कि संतानोत्पत्ति कोई खिलवाड़ नहीं ! उसमें अपने प्राण तक निष्ठावर करने पड़ते हैं—स्वार्थ-त्याग की वह पराकाष्ठा है। यह ज्ञान-यूक्तकर हम लोगों को इस काम में हाथ लगाना चाहिए।

“पर मोचने की बात है कि जब अपनी मृत्यु निश्चय है, तो इससे भविष्यत् की संतति क्यों न तैयार की जाय, और इस प्रकार से अपना जीवन अमर कर दिया जाय—“आतस्य हि भ्रुवो मृत्युर्भ्रंशं जन्म मृतस्य च ।” इसीलिये बुद्धिमानों इसी में है कि एक नियत समय के बाद एक निश्चित विद्या, सौजन्यता और शारीरिक संगठन साम करके मनुष्य गार्हस्थ्य-जीवन में प्रवेश करें।

“पश्चिमी देशों में जहाँ पुनर्जन्म वा आत्मा की अमरता इत्यादि पर लोगों का विश्वास कम है, लोग अपनी संतान के द्वारा ही भविष्यत् में अपना अस्तित्व बनाए रखने पर संतोष करते हैं। स्वाधीन विचारवाले ( Free thinkers ) इसी आधार पर संसार में काम करने और अपने जीवन से इतिहास में परिवर्तन डालने का विश्वास रखते हैं।”

भूषण ने कहा—“यह ठीक है, पर मैं एक और बात सोच रहा हूँ। यह यह कि यदि हमें विवाह और संतानोत्पत्ति इसलिये करनी चाहिए कि एक अवस्था के बाद चाहे हम विवाह करें या न करें, शरीर से शक्ति निकल ही जाती है, और यदि इस शक्ति का सदुपयोग गृहस्थी में हो सकता है, तो कम-से-कम जब तक वह अवस्था नहीं आती, तब तक तो अपनी शक्ति-सामर्थ्य से दूसरे काम निकाल लें और फिर जब निरुपाय हो जायें, तो अर्धेद उमर में विवाह कर लें। आप क्या कहते हैं ?”

मैं—“हाँ, यह भी सही है। इसमें एक और बात है। मैंने ऊपर बतलाया है कि मनुष्य के शरीर में चर का उच्चार (Tido) आया करता है। यदि मुषकों की उचित शिक्षा और दीक्षा हो, तो उस उच्चार से १०-१२ वर्ष तक छुटकारा मिल सकता है। इतने दिनों तक वे

निष्कण्टक रहकर व्यक्तिगत कार्य कर सकते हैं । इसके बाद भी ज्वार नियत समय पर ही आया करता है, अर्थात् २४ घंटों में रात के समय और महीने में चतुर्दशी वा पूर्णिमा के दिन सूर्य का खोर रहता है । तब देखना चाहिए कि जहाँ तक हो, सूर्य कम हो और हो भी, वो ऐसे मार्ग से कि अपने मन एवं आचरण पर कोई बुरा प्रभाव न पड़े, और समाज में अपनी स्थिति खराब न हो ।

सूर्य के ऐसे मार्ग सबको मालूम हैं—पहला, कठोर व्यायाम वा देश-भ्रमण; दूसरा, सत्संग; तीसरा, किसी महान् उद्देश्य में जी तोड़ परिश्रम; चौथा, संगीत-सेवा; पाँचवाँ, ईश्वर-भजन । पर यह स्मरण रहे कि इन साधनों द्वारा सूर्य का रोकना भी साधारण आदमी का काम नहीं । जब बड़े उच्च कोटि का मन और हृदय होता है, तभी यह निभता है; अन्यथा जीवन में गड़बड़ी पड़ने का भय रहता है ।

यदि निष्कण्टक रूप से—संसार ही की दृष्टि में नहीं, बल्कि अपनी दृष्टि में भी—मनुष्य अनिदित जीवन व्यतीत कर सकता हो, तभी उसे इस रास्ते में आना चाहिए । यह सब झगड़े सहन करने के लिये उसे उसी समय तैयार होना चाहिए, जब यह दृढ़ विश्वास हो कि हमारे लिये स्वतंत्र और एकान्त-जीवन आवश्यक है, अर्थात् अविवाहित रहकर हम संसार



में ज्यादा काम कर सकेंगे—अपने देरा और जाति का अधिक उपकार कर सकेंगे। यदि ऐसा नहीं है, तो व्यक्तिगत जीवन से कोई लाभ नहीं।

हम लोग सारी समाज की अनंत लहर में एक बुलबुला मात्र हैं। कुछ दिनों के बाद हमें इसी में लीन हो जाना है। यदि इस अगाध मानव-सागर के कंकरा गर्जन में हमारे बुद्धि जीवन स्वर से कुछ मंजुलता आ सकती है, यदि उसके स्वरूपन में मधुरता आ सकती है, उसकी शुष्कता और कसौली में शांति आ सकती है, तो क्यों न हम उसमें उस सरित्-शापी विष्णु-भगवान् के नाम फूद पड़ें और मोक्ष लाभ करें।

किसी प्रकार, चाहे अपने मन से या इसके विरुद्ध, हमें उसी सागर में शरण लेनी है। यदि यह हम लोगों के विचारके अनुकूल न हो, तो अलग ही हम अपने छोटे-से जीवन को भेषता और वैभव दें। मनुष्य की संख्या न बढ़ाकर उसके भाव और गुण में योग दें। अपनी जाति के विस्तार और लंबाई-चौड़ाई की परवा न कर उसकी गहराई और तत्त्व की ओर ध्यान दें।

स्पष्ट तो यह है कि बाल-बच्चों की गणना न बढ़ाकर हम अपने देरा के बच्चों की शिक्षा और मंभाल का ही भार ले लें। उनके बड़े होने पर उनके विचार और आदर्श को

मोड़ने का धीड़ा चठा सें । पर यह काम खूब व्यस्त होकर करना चाहिये । चाहे इस छोर या उस छोर; क्योंकि काम-मोग में लिप्त होकर नहीं, बरन् चैतन्य होकर जीवन-यात्रा करना बुद्धिमानी है ।”

---



